

Федеральное агентство по образованию
ГОУ ВПО «Российский государственный профессионально-
педагогический университет»
Уральское отделение Российской академии образования
Академия профессионального образования

Н.С. Глуханюк

Т.В. Сергеева

**ПСИХОЛОГИЯ ПОЗДНЕГО ВОЗРАСТА:
РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ**

Екатеринбург

2007

УДК 159.9
ББК Ю937.4
Г55

Глуханюк Н.С., Сергеева Т.Б. Психология позднего возраста: результаты исследований. Екатеринбург: Изд-во ГОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т», 2007. 126 с.

ISBN 978-5-8050-0246-6

Анализируются теоретические подходы к изучению проблем старости и направления эмпирических геронтопсихологических исследований. Представлены результаты исследований авторов, касающихся динамики, эффектов и детерминант готовности к освоению возрастно-временных изменений, особенностей адаптации к позднему периоду жизненного пути, специфики профессиональной деятельности работающих пенсионеров.

Монография адресована психологам, социальным работникам и широкому кругу читателей.

Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ в рамках научно-исследовательского проекта «Психологические механизмы формирования готовности к старению в процессе жизненного пути» (№ 04-06-00002а).

Рецензенты: доктор психологических наук, профессор Р.В. Овчарова (ГОУ ВПО «Курганский государственный университет»); кандидат психологических наук, доцент С.А. Минюрова (ГОУ ВПО «Уральский государственный педагогический университет»); доктор психологических наук, профессор Э.Ф. Зеер (ГОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет»)

ISBN 978-5-8050-0246-6 © ГОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2007
© Н.С. Глуханюк, Т.Б. Сергеева, 2007

Введение

Проблемы бытия современного российского общества в период преобразований являются объектом пристального внимания и изучения многих наук. Сталкиваясь с противоречиями реальности, с проблемами и задачами, которые ставит наша действительность, ученые и специалисты-практики стремятся постичь содержание и тенденции развития процессов и явлений, характеризующих наше время.

Одним из таких процессов, оказывающих значительное влияние на функционирование и развитие общества, является старение человека, которое требует от науки и практики разработки адекватных методов изучения, технологий предупреждения и нивелирования возможных негативных последствий.

Для объективного рассмотрения и оценки данного явления необходима реализация комплексного подхода, так как старение затрагивает все стороны жизнедеятельности: экономическую, культурную, духовную, социальную и психологическую.

Как в периоды Античности, Средневековья, Нового времени, так и в современном мире существуют различные точки зрения на старость и старение человека и общества.

Всплеск интереса научной мысли к многочисленным и разнообразным проблемам позднего периода жизни человека очевиден. О том, что во всем мире наблюдаются определенные изменения, связанные со старением населения, говорится во многих изданиях. При этом проблема старости рассматривается, как правило, в трех аспектах. Первый – это демографические и экономические исследования, второй связан с медицинскими особенностями старости (в основном гериатрические исследования), третий – социальная защита пожилых и старых людей. Немногочисленные отечественные исследования философских, социологических, психологических аспектов старости появляются в печати, но, к сожалению, не имеют системного характера.

Вывести психологическую составляющую исходя из имеющегося освещения позднего возраста достаточно сложно.

Обращение к проблемам старости, формирование внутренней готовности к построению собственной судьбы на поздних этапах жизни важны для каждого человека. Перспективы развития в данный период связываются с осознанностью выбора активной жизненной позиции и имеют большое значение для адекватного восприятия собственного старения. Подобная работа должна начинаться заранее, и данную публикацию можно рассматривать в качестве подготовки к ней.

Глава 1

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПОЗДНЕГО ВОЗРАСТА

Мировая психологическая наука начала проявлять растущий интерес к проблеме старения человека и его жизни в пожилом и старом возрасте только в прошлом веке. Незрелость данных вопросов стала препятствием для создания целостной теории изменения и развития личности в течение всей ее жизни, для построения психологии развития как самостоятельной дисциплины.

Психологический анализ процессов старения связан с изучением механизмов функционирования психики в пожилом возрасте, возрастных задач старости как особого периода жизни, нормативных и интеллектуальных особенностей старения, личностных и индивидуальных изменений, представлений пожилого человека о себе, его отношений с окружающими людьми и др.

Исследования в поле психологии старости имеют объективно-научное значение, которое состоит в установлении взаимосвязи между биологическими и психологическими факторами развития на протяжении всего жизненного пути человека в той или иной культурно-исторической ситуации. Эти исследования должны быть направлены на преодоление представлений о старости как о возрасте упадка и потери, на определение потенциала развития в любом возрасте, в том числе и в старости, его возможных форм и вариантов.

Смещение интереса исследователей за пределы детского возраста на процессы, связанные с развитием в течение всей жизни, привело зарубежных авторов к изучению пожизненного развития. Причем предметом являлась не только реконструкция последовательности событий жизни, но и субъективное отношение к этим событиям.

Начав заниматься проблемами психогеронтологии, зарубежные психологи прежде всего стали изучать, в какой социально-психологической атмосфере живут пожилые и старые люди, как к ним относится общество, какие шаблоны и стереотипы старения распространены в социуме. Интересные результаты были получены в со-

пси­хо­ло­гичес­ки ори­ен­ти­ро­ван­ной аме­ри­кан­ской пси­хо­ло­гии и немец­кой пси­хо­ло­гичес­кой герон­то­ло­гии. Ре­фе­ра­тив­ный обзор ре­зуль­та­тов про­во­ди­в­ших­ся ис­сле­до­ва­ний пред­став­лен в ряде жур­наль­ных ста­тей (Л.В. Бо­роз­ди­на, 1997; Х.-В. Валь, А. Круз, 2005).

Сре­ди про­чих влия­ний на раз­ви­тие пред­став­ле­ний о позд­них пе­ри­одах жи­зни ав­то­ры от­ме­ча­ют про­цес­сы со­ци­аль­ной диф­фе­рен­ци­а­ции, ми­гра­ции, сте­ре­о­ти­пи­за­ции не­га­тив­но­го имид­жа ста­ро­сти, уве­ли­че­ние про­дол­жи­тель­но­сти жи­зни и дру­гие фак­то­ры, ока­зав­шие зна­чи­тель­ное воз­дей­ствие не толь­ко на ин­ди­ви­ду­аль­ные про­цес­сы ста­ре­ния, но и на ос­нов­ные на­прав­ле­ния ис­сле­до­ва­ния ста­ре­ния. По­это­му при­оритетом уче­ных яви­лось по­ни­ма­ние и пре­одо­ле­ние раз­личий в от­но­ше­ни­ях, по­тре­б­но­стях и цен­но­стях, по­вы­ше­ние вза­им­ной то­ле­ран­тно­сти и про­дви­же­ние идеи ра­вен­ства воз­мож­но­стей на­се­ле­ния.

В отечественной науке проблемам геронтопсихологии посвящены работы М.Д. Александровой, Н.Х. Александровой, Б.Г. Ананьева, Л.И. Анцыферовой, О.В. Красновой, Е.Ф. Рыбалко, Н.В. Шахматова и др., предметом обсуждения которых являются методологические и теоретические проблемы геронтопсихологии, особенности жизни личности в поздние годы. Основная идея данных работ отражается в положениях о развитии личности на протяжении всей жизни. Развитие рассматривается как многоформный и многомерный разнонаправленный процесс, включающий позитивные новообразования, психологические потери и механизмы компенсации. Качество старения и старости рассматривается как результат развития человека как субъекта жизни. Анализируются социальные и личностные факторы благополучного старения и старости: сохранение позитивной интегрированной идентичности, социальной активности, уверенности в себе, умение абстрагироваться от различных мнений и установок, способность к адекватной самооценке. Обсуждаются психологические способы совладания с трудностями позднего периода жизни.

Таким образом, анализ различных психологических направлений и подходов позволил выделить основные теоретические положения в понимании процессов старения. Наиболее важными из них являются концепция гетерохронности зрелости (физической, граждан-

ской, умственной, профессиональной и др.); несводимость гетерохронности процессов старения только к генотипическим и вообще биологическим причинам, ее социальная детерминированность; необходимость исследования процесса старения, включая весь онтогенез человека в контексте жизненного пути как истории формирования личности в определенном обществе.

1.1. Возрастно-временной контекст развития человека

Переживания, связанные с возрастом, глубоко пронизывают эмоциональную сферу человека, начиная с детства и заканчивая старостью. Глубина психологических переживаний определяется предположением о собственной аномальности, если идентификационные признаки возраста не появляются вовремя.

Именно возрастом определяются главные вехи нашей жизни: поступление в школу, получение паспорта, уход на пенсию и т.п. Возрастные этапы становятся главным мерилем жизненного пути. Однако возраст характеризуется не только внутренними переживаниями; он служит для нас важнейшим источником информации о других людях, прежде всего о тех, с кем мы вступаем в социальные взаимодействия. Вопросом «Сколько этому человеку лет?» мы задаемся очень часто в связи с различными жизненными ситуациями и событиями: когда обращаемся к врачу или финансовому эксперту, когда голосуем за кого-либо или, собираясь сменить место работы, пытаемся уяснить характер будущего начальника.

Главным побудительным мотивом выяснения возраста других людей является соотнесение полученных сведений с представлениями о возрастных параметрах той или иной социальной роли. Эти представления детерминированы культурой, которая формирует устойчивые ментальные стереотипы относительно ценности присущих данному обществу реалий; при этом возраст является важнейшей характеристикой, обуславливающей их ценность. Примером может служить наличие возрастного эталона для действительных членов рос-

сийских академий наук или государственных лидеров (В.В. Бочаров, 2001).

Но не только культура определяет наши ожидания и оценки относительно возрастных свойств социальных ролей и статусов. На основе возрастного принципа государство регулирует многие сферы человеческой деятельности, четко определяя возрастные границы некоторых социально-профессиональных ролей, нормируя школьный, брачный, пенсионный возраст и т.п. При этом уровень биологического или психического развития человека может не совпадать (отставать/опережать) с предписанной ролью.

Феномен возраста детерминирует многие сферы жизнедеятельности современного человека, поскольку именно в нем отражены био- и социокультурные аспекты человеческой сущности. С одной стороны, каждый аспект имеет свои детерминанты и эффекты возраста, с другой – все они взаимосвязаны. Возрастные переживания обусловлены биологическим развитием индивида, в котором выделяются следующие основные этапы: рождение, развитие, зрелость, смерть. Этот путь проходит любой человек как индивид, как биологическое существо, но временная протяженность данных периодов индивидуальна.

С биологической эволюцией тесно связано психическое развитие человека, становление его эмоциональной, интеллектуальной сфер и личности в целом. Корреляция биологического и психологического развития не вызывает сомнения у ученых, но, на наш взгляд, она не столь жесткая, как принято считать. Данные процессы могут протекать с различной скоростью, в результате чего развитие психических процессов и свойств человека отстает от биологического развития или опережает его. Такого рода асинхрония детерминируется социальными и культурными факторами, а также собственной активностью человека, его отношением к целям и ценностям своей жизни (про такие случаи говорят: «И жить торопится, и чувствовать спешит»).

Психобиологическое развитие определяет процесс социализации. Например, мужчина не может стать главой семьи, не созрев для

этого в биологическом плане, продвижение в административно-государственной иерархии регламентировано психическим развитием.

В свою очередь социальное развитие человека может идти вразрез с культурными представлениями конкретного общества. Помимо социально-возрастного регулирования, в большей степени осуществляемого государством, каждый социум, по словам В.В. Бочарова, имеет свое культурное «возрастное расписание» жизненного пути человека, которое строится на сложившихся в нем традициях, причем оно вполне может и не совпадать с государственным «графиком» (В.В. Бочаров, 2001).

Кроме того, у каждого человека есть собственное представление о возрастных ступенях на жизненном пути, которое определяется принадлежностью к той или иной субкультуре, пониманием социально-возрастных ролей, которые он должен сыграть в своей жизни. Вероятно, эти представления будут различными у детей, чьи родители принадлежат к финансовой элите, творческой интеллигенции или являются потомственными строителями.

Таким образом, индивидуальный возрастной процесс в современном обществе включает в себя биологический, психологический, социальный и культурный процессы развития, которые имеют собственные детерминанты и эффекты и безусловно связаны между собой. Поэтому адекватная возрастная идентификация человека происходит при пересечении траекторий данных процессов, которые протекают с различной скоростью. Постоянной величиной остается лишь хронологический возраст.

Исходя из сказанного часто задаваемый вопрос «А сколько же тебе (ему) лет?» следует понимать как попытку установить соотношение между различными процессами развития человека и его нахождением на том или ином этапе жизни. И возникает он лишь в случае, когда человек испытывает затруднение в идентификации своего возраста или возраста другого. При этом он стремится выяснить хронологический возраст, которому в культуре современного общества соответствует определенный «нормальный» уровень психобиологического и социокультурного развития. Каждая культура имеет свои

эталоны «нормального» развития человека, которые подвержены изменениям под воздействием социальных перемен.

Таким образом, под индивидуальным возрастным процессом мы понимаем онтогенез, который неотделим от социальных и культурных изменений, воздействующих на него. А индивидуальный возраст есть продукт взаимодействия биологического взросления, психологического развития и изменений в культурной и социальной средах. Его изучение имеет важное значение не столько для понимания индивидуального поведения человека, сколько для формирования активного отношения к освоению собственных возрастных характеристик и осмыслению их в соответствии с возрастом других людей.

Возраст является важным социокультурным и биологическим феноменом. Его анализ необходимо строить с учетом следующих положений:

1. Возрастной процесс нельзя исследовать вне социальных, культурных и исторических изменений, так как люди рождаются, развиваются и стареют не в вакууме. Поэтому следует изучать не только отличительные признаки различных возрастных групп, детерминированные различными социокультурными условиями, но и изменения социума под влиянием этих возрастных различий.

2. Возраст может быть понят только в контексте его социокультурной вариативности – как в пределах одного социума, так и на кросскультурном уровне.

3. Возраст можно изучать только в рамках анализа всего жизненного пути человека, а не какой-либо его части. Возрастной процесс начинается с рождения, а не в какой-то особенный момент, и заканчивается смертью. К тому же в социуме люди всех возрастов взаимосвязаны.

4. Индивидуальный возрастной процесс представляет собой комплексное взаимодействие биологического и психологического развития, которое происходит в изменяющейся внешней среде (В.В. Бочаров, 2001).

В настоящее время проблема возраста изучается рядом научных дисциплин, в ее изучении уже сформировались свои научно-иссле-

довательские стратегии. Для исследования и понимания феноменологии возраста необходимо уточнить понятия и категории, отражающие этот сложный процесс в науках о человеке. Традиционно выделяются два типа возраста: абсолютный и условный.

Абсолютный возраст, т.е. календарный, или хронологический, выражается количеством временных единиц (минут, часов, лет), отделяющих момент возникновения объекта от момента его измерения.

Условный возраст, или возраст развития, определяется путем установления местоположения объекта в определенном эволюционно-генетическом ряду, в некотором процессе развития на основе конкретных качественно-количественных признаков. Установление условного возраста – это использование периодизации как способа структурирования течения времени, выделения в нем хронологических элементов, имеющих определенное содержательное значение.

Поскольку, как отмечалось ранее, развитие человека имеет различные траектории (биологический, психологический, социальный, культурный векторы), то можно говорить об одномоментном существовании у человека нескольких возрастов.

Биологический возраст обуславливается состоянием обмена веществ и функций организма в сравнении со среднестатистическим уровнем развития, характерным для всей популяции данного хронологического возраста, и имеет следующие виды: скелетный, зубной, возраст полового созревания.

Социальный возраст представляет собой набор нормативно-ролевых характеристик, производных от возрастного разделения труда и социальной структуры общества: дошкольный возраст, школьный, студенческий, рабочий, пенсионный; брачный, возраст гражданского совершеннолетия. При этом следует различать нормативные и фактические критерии возраста. Социальный возраст идентифицируется путем соотнесения уровня социального развития (овладения определенными социальными ролями) со среднестатистической нормой для данной возрастной группы.

Психический возраст определяется соотнесением уровня психического (умственного, эмоционального и т.п.) развития человека с со-

ответствующим нормативным среднестатистическим симптомокомплексом. Индикаторами психического возраста являются умственный (интеллектуальный) возраст, степень нравственной зрелости, психо-сексуальный возраст и др. Данные проявления психического возраста объективно измеряемы. Но есть в психическом возрасте и субъективно переживаемые компоненты: возрастное самосознание, степень самореализации личности и т.п.

Индивидуальное развитие человека описывается понятиями «онтогенез», «жизненный путь», «жизненный цикл».

Онтогенез как развитие индивида, формирование основных структур психики характеризуется выделением ряда возрастных процессов (рост, созревание, развитие, старение), в результате которых формируются соответствующие индивидуальные возрастные свойства – различия. И процессы, и свойства объединяются при выявлении возрастных стадий развития (детство, юношество, зрелость, старость).

Основной характеристикой периодизации жизненного пути человека является принципиальная многомерность возрастных свойств и критериев их оценки. Так, биологический возраст соотносится со свойствами организма, социальный возраст – с положением человека в системе общественных отношений, психический – с характером сенсомоторной, умственной деятельности и др.

Возрастные процессы гетерохронны как на межличностном, так и на индивидуальном уровнях. Межличностная гетерохронность выражается в неодновременности развития различных людей и, что наиболее важно, в неодинаковой значимости для них критериев зрелости. Внутрличностная гетерохронность – это несогласованность сроков биологического, социального и психического развития, несовпадение темпов созревания и инволюции, например темпов физического роста и полового созревания, а также наличие диспропорции между умственным возрастом и нравственным развитием.

Понятие «жизненный путь» – это наиболее широкая общенаучная категория, описывающая процесс индивидуального развития человека от рождения до смерти, часто употребляемая как синоним понятий «время жизни» и «жизненный цикл». Однако их содержание

различно. Жизненный путь предполагает множество разных тенденций и линий развития в пределах одной и той же биографии, причем эти линии одновременно и автономны, и взаимосвязаны. Возраст в данном контексте связывается с ожиданием и осуществлением переломных событий. Иными словами, базовым при изучении изменений в психике человека является изучение случая, времени, последовательности жизненных событий (женитьба, смерть родителей, окончание учебы, рождение ребенка) биографическими методами.

Возрастные различия, таким образом, – это не просто следствие осуществления универсальных этапов онтогенеза, а результат сложного переплетения траекторий индивидуального психического развития, социальной, профессиональной карьеры и брачно-семейного цикла, поворотные пункты и переходы в которых хронологически могут совпадать, а могут и не совмещаться.

Поэтому при исследовании жизненного пути мы пытались синхронизировать фазы индивидуального психосоциального развития личности с этапами ее профессионального и семейного развития, отслеживая их взаимодействие через освоение возрастных задач и резервов развития, включая все его направления: психосоциальное, профессиональное, межличностное. Учитывалось нами и кумулятивное воздействие предшествующих этапов на последующие.

Анализ жизненного пути и его компонентов не отрицает онтогенетический инвариант развития индивида, а проясняет ведущую роль исторических условий, на фоне которых разворачивается биологическое и социальное взаимодействие. Инвариантная последовательность циклов (детство, взрослость, старость) безусловно константна, но длительность и содержание каждого из них существенно зависят от социально-исторического контекста.

Структуры жизненного пути и жизненного расписания, т.е. последовательность и время наступления соответствующих им социальных изменений, зависят и от специфики поколения. Когортные различия существенно меняют структуру жизненного пути, что необходимо учитывать при его исследовании.

Таким образом, жизненный путь человека не сводится к универсальным закономерностям онтогенеза, даже с поправками на индивидуальные вариации, гетерохронность и разные типы. Его обуславливает совокупность социально-исторических факторов, от которых зависят стоящие перед человеком конкретные задачи развития на каждом этапе, и средства (резервы), которыми он располагает.

Зарубежные исследователи, в частности Л.Р. Шеррод, О.Г. Брим, предлагают руководствоваться следующими принципами изучения жизненного пути человека. Во-первых, развитие является принципиально плюралистическим: ни процесс, ни его результат нельзя считать односторонними или ведущими к одному и тому же состоянию. Во-вторых, развитие происходит от зачатия до смерти и характеризуется пластичностью, способностью к изменению, которая сохраняется на всем протяжении жизни, не ограничиваясь отдельным периодом. Поэтому пережитое в одном периоде не обязательно важнее того, что будет испытано в другие. Разные процессы развития могут начинаться, продолжаться и заканчиваться в различные моменты жизни; развитие в разных областях имеет различные траектории и принципы. В-третьих, не одинаково развитие разных людей. Межиндивидуальные различия определяются дифференциацией биосоциальных процессов, зависящих от половой, социально-профессиональной и иного рода принадлежности. И наконец, четвертый принцип изучения жизненного пути состоит в принятии тезиса о многофакторной детерминированности развития и несводимости к одной системе влияний: биологии или среды (L.R. Sherrod, O.G. Brim, 1986).

В современной науке, описывающей индивидуальное развитие, кроме понятия «жизненный путь» используются понятия «время жизни» и «жизненный цикл». Время жизни как протяженность, пространство жизни – *lifeline, lifespan* – является временным интервалом между рождением и смертью. Это понятие используется при описании и объяснении онтогенетических, связанных с возрастом, поведенческих изменений от рождения до смерти.

Для экспликации развития человека используется и понятие «жизненный цикл». Цикличность жизни подобна цикличности природных процессов – одному из древнейших образов нашего сознания. Цикл жизни человека повторяют его потомки, цикличность характеризует и смену поколений в обществе. Проявляется цикличность и в аналогии между восходящей и нисходящей стадиями развития человека. Образ «впадающей в детство» старости («... а потом начинаешь спускаться, каждый шаг остороженько взвесь, 50 – это так же, как 20, ну а 70 – так же, как 10», – тонко подмечает Ю. Кукин) – это не просто метафора, а отражение целого ряда вполне реальных процессов ослабления сознательного контроля, изменения временной перспективы, снижения половой дифференциации и т.п.

Для исследования возрастного процесса на общественном уровне используются специфические понятия, категории и концептуальные подходы. Возрастная стратификация отражает развитие общества как процесс последовательной смены и преемственности слоев – поколений, или возрастных когорт. Система возрастной стратификации включает в себя три основных аспекта: социально-демографический – возрастной состав и структура населения; социально-экономический – возрастная структура общественной деятельности; социально-политический – возрастная структура общественных организаций и институтов (В.В. Бочаров, 2001).

С одной стороны, возрастная стратификация предполагает систему связанных с возрастом социально-психологических экспектаций и санкций: ребенку предъявляют одни требования, взрослому – иные. С другой стороны, возрастная стратификация соотносится с классовой структурой общества и во многом произведена от нее, что проявляется в особенностях жизненного пути представителей разных социальных слоев, неодинаковости критериев социальной зрелости.

М.В. Райли обозначил основные направления взаимосвязи возрастной социальной стратификации и жизненного пути человека. По мнению автора, старение состоит из нескольких взаимосвязанных биологических, психических и социальных процессов. Внутри каждого возрастного слоя личность активно участвует в выполнении ком-

плекса ролей, которые последовательно влияют на способ старения человека, его способности, мотивы, установки, а также на других людей, с которыми он взаимодействует.

Члены любого возрастного слоя взаимодействуют с членами других слоев, что способствует либо их сближению и взаимной социализации, либо возникновению возрастной напряженности и конфликтов. Способы старения людей взаимосвязаны: структура жизненного пути человека влияет на структуры жизненного пути других людей, с которыми он взаимодействует, или подвержена их влиянию. Модели жизненного пути конкретных индивидов зависят от свойств когорты, к которой они принадлежат, а также от социальных, культурных и средовых изменений, которым подвергается когорта, последовательно проходя возрастные слои (M.W. Railey, 1986).

В психологии развитие человека рассматривается как единство процессов онтогенетической эволюции и жизненного пути. Традиционно в возрастной психологии используется комплексный подход, в котором намечены контуры психологии развития как единой системы знаний, охватывающей все стадии человеческого развития от рождения до последних мгновений жизни и изучающей каждый момент развития в единстве и взаимопереплетении свойств человека как индивида, личности, субъекта деятельности и индивидуальности. Это позволяет понять физическое, психическое, личностное развитие человека в социальном, историческом, культурном контекстах.

Современная психология представляет возрастное развитие человека как процесс, имеющий стадийный характер, проходящий через определенные периоды, кризисы. Вместе с тем проблема периодизации недостаточно разработана; дискуссионными представляются предлагаемые сегодня подходы и основания для выделения этапов, периодов и фаз (Е. Erikson, 1968; В.А. Ганзен, Л.А. Головей, 2001). Одно из направлений исследований возраста – это поиски и описание характеристик основных периодов развития на каждом этапе человеческой жизни.

Наиболее полно система возрастной психологии отражена в работах Б.Г. Ананьева, который рассматривает проблему индивидуаль-

ного развития человека как одну из фундаментальных проблем естествознания и психологии. Автор предлагает изучать возрастные особенности во взаимосвязи с половыми, типологическими и индивидуальными особенностями, от которых их можно отделить лишь весьма относительно. Все это затрудняет выделение возрастных особенностей для специального исследования. Исключение составляют только самые ранние этапы человеческой жизни, когда возрастные особенности выступают в более частном виде, а типологические и индивидуальные модификации развития еще слабо выражены.

Одним из главных вопросов развития человека является вопрос о соотношении возрастных, типологических и индивидуальных особенностей и об изменяющихся и противоречивых взаимосвязях между ними. Установлено, что индивидуальное развитие с возрастом приобретает все более своеобразный индивидуализированный характер. Исследуя возрастную динамику, особенности отдельных периодов и взаимосвязи между ними, нельзя абстрагироваться от жизненного пути человека, истории его индивидуального развития в разнообразных общественных связях и опосредованиях. Общие для всех людей возрастные периоды жизни (от младенчества до старости) характеризуются признаками соматического и нервно-психического развития (Б.Г. Ананьев, 1957).

Наиболее слабо разработана в психологической науке проблема перехода от одной возрастной стадии развития к другой. Это связано, на наш взгляд, с тем, что дифференциация психологических знаний о возрастных особенностях, имеющая несомненное исследовательское значение, не сопровождается в должной мере интеграцией и синтезом этих знаний. Данная проблема имеет огромное значение для создания технологий формирования человека от рождения до зрелости и является не только психологической, но и педагогической и управленческой, поскольку выявление наиболее эффективных средств формирования интеллектуальной, эмоциональной, волевой сфер личности и сознательного регулирования человеком своей деятельности представляет собой актуальную задачу современной социальной практики.

В психологии используется генетический подход как основа теории индивидуального развития, который заключается в описании закономерностей формирования человека в процессе его воспитания, образования и обучения. Но формирование человека от рождения до зрелости не исчерпывает всего цикла индивидуально-психического развития. Остается ряд вопросов: чем психологически характеризуется человек после наступления физической, гражданской и умственной зрелости; какие возрастные периоды существуют в огромном диапазоне зрелости (взрослости); чем определяется творческая активность взрослого человека? На них пытается ответить новая отрасль психологии – акмеология.

В общей психологии традиционно исследователи психических функций, процессов и состояний абстрагируются от возраста еще в большей мере, чем от типологических и индивидуальных особенностей личности взрослого человека. Абстрагирование от возрастных изменений в этот основной период человеческой жизни не случайно, так как связано с некоторыми метафизическими предрассудками о зрелости как своего рода «психической окаменелости» (Э. Клапаред), как состоянии, характеризуемому ранее сложившимися механизмами и свойствами психического склада личности (Б.Г. Ананьев, 1957).

Долгое время в психологии ранние возрасты (младенчество, детство, юность) рассматривались как резко отличные друг от друга динамические стадии развития, а взрослость – как некое сплошное статическое состояние, качественно не изменяющееся до наступления старости. В настоящее время подобные подходы изучаются в контексте истории исследования возраста. Современное общество заинтересовано в выявлении психических ресурсов, повышении уровня творческого потенциала и возрастании работоспособности человека на протяжении всей его сознательной жизни. Поэтому усиливающийся интерес к проблемам возраста обусловлен научным обоснованием таких практических задач, как профотбор, профессиональная ориентация и переориентация, образование на разных возрастных ступенях, включая пожилой возраст, улучшение профессиональной подготовки

в зрелые годы и повышение уровня профессионализма в течение всей трудовой жизни человека.

Требования социальной практики, предъявляемые к психологии возраста, обуславливают ее сближение с медициной, педагогикой, акмеологией и другими науками, изучающими человека. Решение данных актуальных задач возможно лишь с применением интегрального подхода к изучению индивидуального развития человека, предполагающего исследование закономерностей и основных характеристик, раскрывающих временную структуру онтогенеза психики. Стратегия поиска возрастных различий должна учитывать относительный характер возрастного фактора, который выражен неодинаковым образом не только в развитии различных подструктур и функций человека, но и на отдельных этапах человеческой жизни.

Малоизученной областью является проблема личностной организации времени, деятельности и жизни в целом.

Исследования проблемы времени в психологии осуществлялись в целом ряде направлений, которые фактически мало связаны друг с другом. Это классические исследования восприятия времени (Ю.М. Забродин, Ф.Е. Иванов, Е.Н. Соколов, П. Фресс и др.), переживания времени (Д. Гарбетте, Р. Кнапп и др.), временной перспективы (Р. Кастенбаум, Дж. Нюттен и др.). Однако они оказались оторванными от целого исследовательского направления, в котором изучались нейрофизиологические, психофизиологические особенности временной организации человека (А.В. Бороздина, Н.Н. Брагина, Т.А. Доброхотова, Ю.М. Забродин, Н.А. Мусина, Я. Освальд, С. Шервуд и др.), а также процессуально-динамические и в этом смысле объективные временные характеристики самой психики (Л.П. Гримак, Т.М. Козина, Д.Н. Узнадзе, П. Фресс, Д.Т. Элькин), такие как скорость запоминания, скорость реакции, темпы, ритмы нейрофизиологических, психофизиологических процессов (К.А. Абульханова, Т.Н. Березина, 2001).

Можно предположить, что этот разрыв определяется тем, что первые исследования были отнесены к области изучения субъективного психологического времени (или, как принято говорить в отече-

ственной психологии, субъективного отражения времени), а вторые – к области, в которой исследовалась объективная временная организация самой психики. Кроме того, эти два подхода обособлены от исследований проблем личностного времени – времени развития личности, мотивации, динамики осознаваемого и бессознательного (П. Жане, К. Левин, Ж. Пиаже, Х. Томе и др.). А исследования, касающиеся проблем личностного времени, в первую очередь динамическая концепция личности З. Фрейда, оказались в стороне от изучения конкретного жизненного пути, его специфических временных, биографических, событийных характеристик (Б.Г. Ананьев, П.Б. Балтес, Ш. Бюлер и др.). В свою очередь, недостаточно связанными с особенностями жизненного пути оказались возрастные периодизации Л.И. Божович, Д.Б. Эльконина и др. Первую попытку осуществить синтез собственно жизненной и возрастной периодизации предпринял Б.Г. Ананьев. Социальное развитие ребенка в пространстве-времени детства проведено Д.И. Фельдштейном.

Несмотря на огромное внимание и интерес психологов к психологическим особенностям деятельности и разработку деятельностного подхода, не были раскрыты фундаментальные временные характеристики деятельности и временные особенности способов ее осуществления. Не создана единая концептуальная модель, раскрывающая соотношение биологического, психологического, социального и культурного времени, отсутствуют представления о соотношении психологического, личностного, жизненного времени, четкая методология исследования их многообразия.

Таким образом, психологическая наука исследует возрастные особенности человека в контексте развития в течение всей жизни, пытаясь найти закономерности и взаимосвязи его функционирования как индивида, личности и субъекта деятельности на разных этапах; особенности перехода с одной стадии на другую; детерминанты как развития, так и перехода.

Мы рассмотрели возраст как универсальную характеристику человека, вызывающую интерес у представителей различных наук и, та-

ким образом, инициирующую появление самых разнообразных подходов к исследованию данного феномена.

Какова же жизнь человека в старости, каково психологическое наполнение личности стареющего человека? Далее нам предстоит рассмотреть психический склад личности в позднем возрасте, а также характеристики самого возрастного периода.

1.2. Периодизация возрастного развития и психологическая характеристика старости

Старость – самый парадоксальный и противоречивый человеческий возраст. Сколько себя сознает человечество, столько пытается оно открыть вечную загадку человеческого Я, столько стремится к раскрытию тайны старости, не прекращая попыток пробиться к ее сути, делая круг за кругом, виток за витком в осмыслении этого феномена жизни.

Одной из наиболее важных и очевидных причин необходимости изучения особенностей взрослого возраста стало увеличение продолжительности жизни у большей части населения, проживающего в индустриально развитых западных странах. Население в массовом масштабе стало достигать пожилого и старческого возраста.

Изменения возрастной структуры населения ставят перед обществом множество вопросов, в том числе и психологических. Что наполняет внутренний мир стареющего человека? Сохраняет ли человек до глубокой старости характерную для его личности структуру? Влияют ли какие-либо психические и личностные свойства или психотипы на увеличение (уменьшение) продолжительности жизни? Ответы на эти и многие другие вопросы позволят определить соотношение личностного статуса и стиля жизни в старости, разработать рекомендации не только по продлению жизни, но и по сохранению ее по возможности полноценной и активной.

Необходимо строго различать понятия «старение» и «старость».

Старение – разрушительный процесс, который протекает в результате нарастающего с возрастом повреждающего действия внеш-

них и внутренних факторов и ведет к недостаточности физиологических функций организма. Старение представляет собой постоянно развивающееся и необратимое изменение структур и функций живой системы (Р.С. Яцемирская, И.Г. Беленькая, 1999).

Старость – это заключительный период человеческой жизни, условное начало которого связано с выходом человека из непосредственного участия в производительной жизни общества, характеризующийся новообразованиями, как и любой другой возраст (М. Ермолаева, 2002).

По мнению известного советского геронтолога И.В. Давыдовского, в этих понятиях переплетаются объективные законы жизни и субъективные антропоморфные представления человечества, а также просто страстное желание жить долго (И.В. Давыдовский, 1966).

Изменения при старении происходят на *биологическом* уровне, когда организм становится более уязвим, возрастает вероятность смерти; на *социальном* уровне, когда человек выходит на пенсию, меняется его социальный статус, социальные роли, паттерны поведения; наконец, на *психологическом* уровне, когда человек осознает происходящие с ним изменения и приспосабливается к ним. Это дает основание определить старение как результат ограничения механизмов саморегуляции, снижения их потенциальных возможностей при первичных изменениях в регулировании генетического аппарата. Таким образом, проблема старения – это проблема гармоничного функционирования биологической системы, решение которой невозможно без соответствующего психологического отслеживания и адаптации человека в окружающем его социальном пространстве. Старение – это переход в систему новых социальных ролей, а значит, и в новую систему групповых и межличностных отношений (О.В. Краснова, 1999).

В каком возрасте человек считается пожилым, а в каком – старым? Ответ на этот, казалось бы, простой вопрос далеко не однозначен. Различают несколько видов старости: хронологическую, физиологическую, психологическую и социальную.

Доминирующим фактором в определении *хронологической* старости является количество прожитых лет; *физиологической* – состояние здоровья, совокупность соматических отклонений организма; *психологическая* определяется самоощущением человека, видением своего места в возрастной структуре; *социальная* старость вбирает в себя признаки всех названных видов, однако она не есть простая совокупность прожитых лет, перенесенных заболеваний и эмоциональных переживаний, а является синтезом разных видов старости. Все виды старости взаимообусловлены и оказывают определенное влияние друг на друга.

На протяжении всей истории человечества неоднократно предпринимались попытки обозначить хронологический рубеж старости в рамках возрастных классификаций (табл. 1). Проблема выделения границ старости очень сложна. Переход от периода зрелости к началу старости трудноуловим. Как видно из табл. 1, в большинстве периодизаций начало старости, или «пороговый возраст», обозначается в 60 – 65 лет. Я. Стюарт-Гамильтон объясняет это тем, что именно в «пороговом возрасте» многие психологические и физиологические изменения имеют тенденцию обнаруживать себя. Однако, отмечает исследователь, при анализе периодизаций старости необходимо учитывать два момента: во-первых, не существует одного определенного момента во времени, когда человек становится старым; во-вторых, в любом случае биологический возраст является произвольным и не очень точным критерием (Я. Стюарт-Гамильтон, 2002). Его точке зрения созвучна позиция Д.Б. Бромлея, подчеркивающего условность разделения фазы взрослости на стадии (D.B. Bromley, 1978).

И.В. Давыдовский категорически заявлял, что никаких календарных дат наступления старости не существует (И.В. Давыдовский, 1966). Обычно, когда говорят о старых людях, обозначают возраст выхода на пенсию, но последний далеко не одинаков в разных странах, для различных профессиональных групп, для мужчин и женщин. Согласно Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), более удобным представляется термин «стареющие», указывающий на постепенный и непрерывный процесс, а не на определенную и все-

гда произвольно устанавливаемую возрастную границу. Поэтому в соответствии с классификацией Европейского регионального бюро Всемирной организации здравоохранения пожилой возраст длится у мужчин с 61 года до 74 лет, у женщин – с 55 до 74 лет; с 75 лет наступает старость; люди старше 90 лет считаются долгожителями. Нередко выделяется особо 65-летний рубеж, так как во многих странах это возраст выхода на пенсию. Но это только градации биологического возраста. Все больше исследователей приходит к выводу, что сущность возраста не сводится лишь к длительности существования, измеряемой количеством прожитых лет. По мнению некоторых авторов, при определении пожилого возраста наиболее существенным признаком служит социально-экономический «порог» – уход на пенсию, изменение источника дохода, а также социального статуса, сужение круга социальных ролей (М.Д. Александрова, 1974).

Старость является не статичным состоянием, а динамичным процессом. Она связана со специфичными изменениями условий жизни, многие из которых, к сожалению, имеют негативную окраску. К ним принадлежат утрата общественного положения, связанного с выполнявшейся работой, изменение функций в семье, смерть или угроза утраты близких людей, ухудшение экономических условий жизни, необходимость приспосабливаться к быстрым культурным и бытовым изменениям, изменение физических возможностей. Более того, окончание профессиональной деятельности у многих людей вызывает радикальное изменение стиля жизни. У некоторых со временем дополнительно наступают изменения ближайшего окружения и форм поведения, например в результате помещения в дом для престарелых. Существуют и позитивные стороны изменения жизненной ситуации: наличие большого количества свободного времени, возможность заниматься любимым делом, посвящать себя развлечениям или хобби, освобождение от необходимости соперничества и борьбы за свое положение (М. Ермолаева, 2002).

Таблица 1

Место старости в картине жизненного пути

Авторы, подходы	Выделяемые периоды, лет											
	1			2								
Древнегреческий философ и математик Пифагор (IV в. до н.э.)	Становление – «весна» (0–20)		Молодость – «лето» (20–40)		Расцвет сил – «осень» (40–60)		Увядание – «зима» (60–80)					
	Молодость (0–20)	Возраст вступления в брак (20–30)	Возраст выполнения общественных обязанностей (30–40)	Познание собственных заблуждений (40–50)	Последний период творческой жизни (50–60)	Желанный возраст (60–70)	Старость (после 70)					
Мыслители древнего Китая	Подрастающее поколение			Цветущее поколение			Увдающее поколение					
	Малолетние (0–5)	Дети (5–15)	Молодые (15–30)	Возмужалые (30–45)	Пожилые (45–60)	Старые (60–75)	Долголетние (75–100 и старше)					
Русский профессор демографии А.П. Рославский-Петровский (1-я пол. XIX в.)	Дорабочий период			Рабочий период			Послерабочий период					
	Младенчество (0–1)	Детство (2–12)	Подростковый период (13–15)	Юность (16–24)	Зрелость (25–44)	Поздняя зрелость (45–59)	Пожилый возраст (60–69)	Ранняя старость (70–79)	Глубокая старость (после 80)			
Советские демографы С.Г. Струмилин, Б.Ц. Урлианис	Молодой возраст (18–44)		Средний возраст (45–59)		Пожилый возраст (60–74)			Долголетие (после 90)				
	Молодой возраст (18–44)		Средний возраст (45–59)		Пожилый возраст (60–74)			Долголетие (после 90)				
Семинар геронтологов и ВОЗ в Киеве (1963)	Молодой возраст (18–44)		Средний возраст (45–59)		Пожилый возраст (60–74)			Долголетие (после 90)				
Международный симпозиум по возрастной периодизации в Москве (1965)	Новорожденность (1–10 дн.)	Грудной возраст (10 дн. – 1 год)	Раннее детство (1–3)	Первое детство (4–7)	Второе детство (8–12 муж., 8–11 жен.)	Подросковый возраст (13–16 муж., 12–15 жен.)	Юношеский возраст (17–21 муж., 16–20 жен.)	Зрелый возраст I (22–35 муж., 21–35 жен.)	Зрелый возраст II (36–60 муж., 36–55 жен.)	Пожилый возраст (61–74 муж., 56–74 жен.)	Старческий возраст (75–90)	Долгожители (после 90)

Окончание табл. 1

1	2						
	Младенче- ство (0-1)	Детство (1-5)	Школьные годы (5-14)	Юношеские годы (15-24)	Годы наи- большей ак- тивности (25-44)	Средний возраст (45-64)	Старость (после 75)
Международная классификация возрастов							
Американский психолог Э. Эриксон (1963)	Младенче- ство (0-1)	Раннее дет- ство (1-3)	Возраст иг- ры (3-6)	Школьный возраст (6-12)	Подростко- вая (12-19)	Ранняя зре- лость (20-25)	Поздняя зре- лость (после 65)
Советский пси- холог В.Б. Бунак (1965)	Прогрессивная стадия				Стабильная стадия		Регрессивная стадия
	Младенче- ство (0-1)	Первое детство (1-7)	Второе детство (8-13 муж., 8-12 жен.)	Подрост- ковый пе- риод (14-17 муж., 12- 16 жен.)	Юноше- ский пери- од (18-21 муж., 17- 20 жен.)	Взрослый период (22-35 муж., 21- 32 жен.)	Зрелый период (36-55 муж., 33- 50 жен.)
Американский геронтолог Дж. Биррен (1964)	Юность (12-17)	Ранняя зрелость (17-25)		Зрелость (25-50)		Поздняя зрелость (50-75)	
Английский ге- ронтолог Д.Б. Бромлей (1978)	Юношеская фаза (0-20)	Ранняя взрослость (20-25)	Средняя взрослость (25-50)	Поздняя взрослость (50-60)	Предпенси- онный воз- раст (60-65)	Старость (после 70)	Терминаль- ная стадия - дряхлость (до смерти)

Современная геронтопсихология основывается на следующих представлениях о природе старости и старения:

1. Социально-психическое развитие человека не ограничено какими-то определенными периодами его бытия, оно осуществляется на протяжении всей жизни.

2. К старости человек не исчерпывает все свои резервные возможности, потенциал своего развития.

3. Психическое развитие человека настолько многомерно, многоформно и многонаправленно, что сложно выявить все его проявления, качества и возможности.

4. Процесс развития отнюдь не сводится к одному поступательному развитию, росту и повышению эффективности субъекта во всех областях его жизни. Развитие есть единство разных типов изменений, одиночных и системных, преходящих и стабильных, прогрессивных и регрессивных.

5. Одновременно с уменьшением психических возможностей происходит и их обогащение; инволюционные изменения сочетаются с новообразованиями прогрессивного характера, направленными на преодоление деструктивных явлений в геронтогенезе.

6. Личностно-психологическое развитие человека происходит неодинаковыми темпами и достигает разного уровня в различных областях социальной действительности. Соответственно соотношение утрат и приобретений оказывается различным в разные периоды старения человека.

7. Успешность личностного и социально-психологического развития человека во все периоды жизни, особенно в поздние годы, зависит от того, насколько он сам выступает субъектом, создателем условий своей жизни.

8. Старение и старость являются закономерным следствием возрастных изменений, происходящих в ходе онтогенетического развития на всех уровнях жизнедеятельности.

9. Старение клеток, органов, функциональных систем и психических процессов происходит неравномерно. Закон гетерохронности развития и инволюции универсален и действует как на межличност-

ном, так и на внутриличностном уровне. Межличностная гетерохронность выражается в том, что индивиды созревают и развиваются неравномерно, а разные аспекты и критерии зрелости имеют для них неодинаковое значение. Внутриличностная гетерохронность выражается в несогласованности сроков биологического, социального и психического развития.

10. Процесс старения сопровождается ослаблением гомеостатических процессов и одновременно приспособлением всех систем организма к новому уровню жизнедеятельности (Л.И. Анцыферова, 2001).

Модель нормального психического развития, на которую мы ориентируемся в своей работе, представлена в табл. 2. Возрастные периоды в старости, как и на предшествующих этапах жизненного пути, мы описываем по четырем параметрам: система социального окружения, возрастные задачи, резервы и кризисы развития. Успешное решение свойственных возрасту задач, активное использование резервов развития, благополучное прохождение возрастных кризисов дают человеку возможность достичь состояния, которое в геронтопсихологии принято называть «счастливой старостью». Глубже всего понятие счастливой старости раскрыто в работах Н.Ф. Шахматова. Он считал, что счастливая старость – это особо благоприятная форма старения, находящаяся в одном ряду с другими формами благоприятных и неблагоприятных возрастных изменений высших психических функций. Хорошее физическое здоровье, умеренный характер общих возрастных изменений, долгожительство, сохранение деятельного образа жизни, высокое общественное положение, наличие супруга и детей, материальный достаток не являются залогом и гарантией осознания старости как благоприятного периода жизни. О счастливой старости правомерно говорить, когда имеется удовлетворенность жизнью и своей ролью в ней. Это та форма психического старения, когда долгая жизнь приносит новые положительные эмоции, которых человек не знал в прошлом. Самоудовлетворение – важный момент в благоприятной оценке своей жизни в старости (Н.Ф. Шахматов, 1996).

Таблица 2

Модель нормального психического развития в позднем возрасте

Параметры описания возраста	Возрастной период	
	51 – 65 лет	После 65 лет
Система социального окружения	Семья Друзья Работа Окружающие	Семья Друзья Окружающие
Задачи возраста	Безопасный выход из сферы труда, понижение роли карьеры Установление межличностных отношений вне семьи, ответ на вопрос «Кому я еще нужен?» Выработка толерантного отношения к смерти	Освоение жизни в условиях большей зависимости от других людей (женщинами эта задача осваивается сложнее, чем мужчинами) Оценка прошлой жизни Умение пережить смерть близких и ожидание собственной смерти
Резервы развития	Знания и умения, способствующие опоре в большей степени на умственные, а не на физические возможности человека	Умение выживать при снижении физических ресурсов Умение подводить жизненные итоги, написание мемуаров
Кризисы развития	Кризис стагнации. Проходит благоприятно, если у человека есть живительные эмоциональные связи с окружающими людьми. Неблагоприятное течение кризиса выражается в эгоистической стагнации, предъявлении претензий к окружающим («Эгоист – это тот, кто не думает обо мне»)	Кризис значимости. Проходит благоприятно, если человек ощущает, что жизнь прожита не зря. Неблагоприятное течение кризиса сопровождается чувством отчаяния («Жизнь прошла зря, от меня ничего не осталось»)

Эмпирические исследования в области геронтопсихологии можно классифицировать по разным основаниям. О.В. Краснова и А.Г. Лидерс выделяют несколько основных направлений исследования взрослых и пожилых людей.

Первое направление связано с разработками экспериментальных исследований, которые ставят целью понять, как и что развивается или инволюционирует в психике человека в позднем периоде его жизни. Усилия исследователей направлены на измерение социального интеллекта и мудрости людей на этом возрастном этапе. Данный подход является психометрическим. Он имеет значение для получения знаний о степени интеллекта пожилых людей, о роли социальных знаний и умений, а также об их связи с реальной жизнью. В контексте данной традиции большинство исследователей направляют свои усилия на то, чтобы определить и измерить у пожилых людей их моральные нормы, удовлетворенность жизнью и психобиологическое благополучие, самооценку здоровья (М.Д. Александрова, 1965; П.Д. Балтес, 1994; Л.В. Бороздина, О.Н. Молчанова, 1998, 1999; И.А. Джидарьян, 1997 и др.).

Второе направление авторы относят к информационно-процессуальной перспективе в психологии. Теоретическую основу этого направления составляет положение о том, что человеческое мышление представляет собой фундаментальную параллель в отношении процесса информации. Этот подход направлен на раскрытие специфических компонентов человеческого мышления, его нейромеханизмов и актуального проявления в поведении (В.Д. Освальд, 1993; Н.К. Корсакова, Е.Ю. Балашова, 1995; Е.Ф. Рыбалко и др., 1996; Ш.К. Уорнер, 1998 и др.).

Третье направление в исследовании психологии пожилых занимает социально-психологический подход. Для него характерна тенденция к объединению социальных репрезентаций с социальным опытом и взаимодействиями пожилых людей, а также их включенностью в более широкие социальные системы (Д. Филд, 1997; Р.Б. Миллер, В.Л. Бенгтсон, 1998; О.В. Краснова, 1999;

М.Р. Минигалиева, 2000; Н.Г. Ковалева, 2001; О.В. Краснова, А.Г. Лидерс, 2002 и др.).

Ядром современных исследований процессов старения многие специалисты считают социальную геронтологию. При таком подходе неудивительно, что третье направление исследований, связанное с социальными аспектами старения, наиболее активно разрабатывается как в отечественной геронтопсихологии, так и в американской и европейской. Информационное направление исследований, связанное с изучением когнитивной сферы пожилых людей, также традиционно выделяется в качестве одного из основных. Исследования в русле экспериментального психометрического направления разрозненны, не столь многочисленны и ограничены по тематике. В результате отечественная геронтопсихология оказывается в ситуации, когда исследований ведется немало, а охарактеризовать современного пожилого человека, составить его «психологический портрет» нет возможности в силу дефицита информации, ее устаревания, иррелевантности российским условиям, ограниченности по предмету изучения. Работая в рамках экспериментального направления, мы ставим своей целью выявление личностных детерминант, определяющих отношение человека к старению, восприятие им своей жизни на поздних этапах жизненного пути, выбор стратегии адаптации к ним. Во второй главе представлены результаты наших исследований, объединенных этой общей целью.

Глава 2

ГОТОВНОСТЬ К ОСВОЕНИЮ ВОЗРАСТНО-ВРЕМЕННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ: РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

2.1. Готовность к освоению возрастно-временных изменений: теоретическая модель

Сравнительный анализ типологий конструктивного и неконструктивного освоения возраста, представленный в наших предыдущих работах (Н.С. Глуханюк, Т.Б. Гершкович, 2003; Т.Б. Гершкович, 2005) показывает, что общей детерминантой выбора человеком жизненной стратегии в поздних периодах онтогенеза является его отношение к этому процессу, которое складывается не только во второй половине жизни, когда старение становится свершившимся фактом, но и на более ранних этапах жизненного пути.

Наряду с толерантным отношением к собственному старению немаловажную роль играет понимание происходящих возрастных изменений как естественных, закономерных и нормативных. Это понимание создает когнитивный базис, одну из необходимых (но недостаточных) предпосылок готовности к старению. Понимание собственных возрастных изменений и толерантное отношение к ним сопряжены с определенным типом поведения, согласующимся с реализуемой человеком стратегией жизни. Сравнительный анализ показывает, что практически все конструктивные стратегии предполагают активность субъекта жизненного пути в выборе способов решения жизненных проблем.

Феноменологический анализ позволяет выдвинуть предположение, что именно психологическая готовность к освоению возрастно-временных изменений является той интегративной характеристикой, в которую включаются все перечисленные детерминанты выбора человеком конструктивной жизненной стратегии в решении проблем возраста (понимание происходящих возрастных изменений, толерантное отношение к ним, активный поиск стратегии адаптации).

Под *готовностью к освоению возрастно-временных изменений* будем понимать интегративное психическое образование, определяющее осознание личностью факта собственного старения, толерантное отношение к нему и проявляющееся в активном поиске продуктивных стратегий адаптации к этому процессу. Модель готовности к освоению возрастно-временных изменений включает в себя четыре компонента: физиологический, социальный, личностно-психологический, профессиональный, которые реализуются на трех уровнях: когнитивном (осознание и понимание происходящих возрастных изменений, знание способов их преодоления и освоения), аффективном (переживание эмоционального отношения к происходящим изменениям), мотивационном (активный поиск и использование продуктивных стратегий адаптации к возрастным изменениям).

Уровневая структура готовности к освоению возрастно-временных изменений разработана с учетом основных подходов к пониманию готовности к деятельности, представленных в работах М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбовича, В.А. Пономаренко (1985), Л.Н. Захаровой (1997), Р.Д. Санжаевой (1997) и ряда других авторов. Таким образом, выделенные уровни (когнитивный, аффективный и мотивационный) характерны для любого вида психологической готовности и не являются специфическими.

Особенность описываемой формы готовности – в ее компонентном составе, который отражает основные аспекты старения человека (Р.С. Яцемирская, И.Г. Беленькая, 1999): физиологический (повышение уязвимости организма, старение основных физиологических систем, проявление внешних признаков старения); социальный (отношение окружающих как к пожилому, старому человеку и изменение характера общения с ними, потеря старых и приобретение новых социальных ролей); личностно-психологический (изменения в когнитивной сфере, появление склонности передавать опыт, самоощущение человека, видение своего места в возрастной структуре); профессиональный (снижение роли профессиональной деятельности в жизни, наставничество, выход на пенсию). Перспектива развития предлагае-

мой модели видится именно в направлении расширения и уточнения компонентов готовности.

Основная цель нашей работы – выявление личностных детерминант, определяющих отношение человека к старению, восприятие им своей жизни на поздних этапах жизненного пути, выбор стратегии адаптации к ним. Информационную основу работы составили результаты цикла эмпирических исследований психологических особенностей геронтогенеза, проводившихся на кафедре теоретической и экспериментальной психологии Российского государственного профессионально-педагогического университета (РГППУ) в 2002 – 2006 гг. В исследовании использовались эмпирические данные, полученные под нашим руководством выпускниками факультета психологии РГППУ А.В. Васильевой, Т.В. Воробьевой, Е.Н. Ефремовой, Е.Е. Кремлевой, А.Ю. Кручинкиной, М.В. Плаксицкой, Ю.В. Пятковой, Н.А. Соколовой, Д.П. Цалковской.

В данном цикле исследований были решены следующие задачи:

- 1) изучение возрастной динамики представлений о старости, существующих в современном российском обществе;
- 2) изучение готовности к освоению возрастно-временных изменений: динамики в процессе жизненного пути, ее эффектов и детерминант;
- 3) изучение психологических особенностей адаптации пенсионеров к позднему периоду жизненного пути;
- 4) изучение психологических особенностей позднего этапа профессионализации.

Далее мы рассмотрим подробнее полученные результаты.

2.2. Возрастная динамика представлений о старости

Стереотипы отношения к старости, определяющие выбор стратегии конструктивного освоения возраста, обуславливаются многими факторами, в том числе культурно-историческими особенностями развития общества. Такой выбор в значительной степени определяет

ся, например, национальной традицией отношения к старости. В расширенных семьях на Востоке существуют такие отношения, которые требуют от пожилых людей участия, интеграции, готовности к общению и дают ощущение надежности, эмоционального тепла и защищенности. В странах Запада старость часто воспринимается негативно, и общество, отторгая пожилых людей от участия в производительной жизни, лишает их многих социальных прав, а также социального интереса к ним и участия.

В.И. Слободчиков и Е.И. Исаев (2000) отмечают большое значение влияния социального стереотипа старости на выбор стратегии адаптации к возрастному фактору в старости. Стереотипы (как негативные, так и позитивные), обусловленные незнанием многообразия механизмов и стратегий адаптации в поздние периоды жизни человека, мешают воспринимать пожилых людей дифференцированно как индивидуумов с действительно существующими между ними различиями и могут приводить к негативным последствиям как для пожилых людей, так и для молодого поколения, т.е. для общества в целом. Это одно из основных препятствий в формировании толерантного сознания по отношению к старости и старению.

Характеризуя господствующий сегодня стереотип старого человека, социальные геронтологи выделяют три слоя, или аспекта, этого понятия. Первый – какое поведение и отношение сами старые люди считают соответствующим своему возрасту и общественной роли; второй – существующее среди людей различного возраста представление о старости; наконец, третий аспект стереотипа отражает некоторые концепции, все еще бытующие в научном сообществе, но не подтвержденные современными исследованиями.

Стереотипы пожилых людей особенно интересны, по мнению многих авторов, потому что мы все обязательно станем членами этой группы, допуская, что будем жить достаточно долго для того, чтобы состариться. То, как мы расцениваем пожилых и старых людей, – вполне реальный взгляд на наше собственное будущее.

Для изучения форм репрезентации старости в обыденном сознании нами был проведен нестандартизованный опрос, в котором при-

няли участие 940 жителей Екатеринбурга в возрасте от 7 до 84 лет. В ходе пассажного опроса интервьюеры задавали респондентам (школьникам, студентам, работникам различных организаций, пенсионерам) единственный вопрос: «Что значит быть старым?» Форма и полнота ответов не ограничивались. В результате был собран интересный материал, включающий как развернутые содержательные описания, так и эмоциональные реакции-всплески. Обнаружены достаточно заметные возрастные различия в описании и оценке старости. Рассмотрим их подробнее на примере разных возрастных групп.

В *младшем школьном возрасте* (школьники 7–9 лет) старость определяется в первую очередь по формальному хронологическому принципу: старый человек – тот, кто достиг определенного возраста, причем конкретные возрастные рамки не указываются. В описаниях также часто встречаются внешние (морщины, седина) и физиологические признаки (болезни, ухудшение зрения, слуха и т.п.).

В *подростковом возрасте* (школьники 11–14 лет) в представлениях о старости присутствуют прежде всего внешние формальные и функциональные характеристики. Старики – это те, кто украшен сединой и морщинами, получает пенсию и имеет внуков. Они не ходят на работу, «сидят на лавочке», заняты домашними делами. Оценочных суждений в описаниях мало, они касаются в первую очередь физической беспомощности и материального неблагополучия пожилых. Так же редко встречаются и положительные оценки, связанные с тем, что представители старшего поколения «много знают». В целом можно сказать, что отношение подростков (как и детей) к старости безоценочно, и в этом наши результаты созвучны данным О.В. Красновой, проводившей аналогичный опрос среди юных москвичей (О.В. Краснова, А.Г. Лидерс, 2002). Интересно, что в ответах школьников четко прослеживается идея долженствования: пожилым «надо помогать», их «нужно уважать» и т.п. Мы считаем, что это можно расценивать как проявления толерантности воспитанности и естественной толерантности.

В *период ранней юности* (старшеклассники в возрасте 15–17 лет) заметен прогресс в направлении более дифференцированного и

сложного представления о старости. Большинство старшеклассников различают старость хронологическую, физическую и психологическую. Старость, с их точки зрения, – «состояние души», она определяется «не по возрасту, а по развитию», можно быть «физически дряхлым, но молодым душой». Примечательно, что многие юноши и девушки описывают таких стариков, сохранивших психологическую молодость и интерес к жизни, что может означать присутствие в сознании юношества положительного образца старости. По мнению старшеклассников, старым можно считать человека, который перестал радоваться окружающему миру, у которого отсутствуют цели и интересы в жизни; он пассивен, имеет «устаревшие взгляды на жизнь» и «не хочет понять молодое поколение». Присутствуют и положительные характеристики: очень многие респонденты подчеркивали большой жизненный опыт, мудрость старшего поколения, его способность понять смысл жизни. Стереотип старости в данном возрасте характеризует российскую действительность: «жить в старости трудно» – эта мысль красной нитью проходит по ответам старшеклассников. Отмечается малый размер пенсии, подверженность болезням, беспомощность и ненужность, отсутствие должного уважения со стороны окружающих. Таким образом, присутствует амбивалентное отношение к старости, обусловленное дифференцированным подходом к ее описанию. Справедливости ради надо отметить, что не все представители раннего юношеского возраста способны к взвешенному рассуждению о поздних периодах жизни. Присутствуют и описания (в основном это ответы юношей), близкие по содержанию и стилю к ответам 11-летних подростков, фиксирующие только внешние признаки или хронологические границы (в большинстве случаев не соответствующие действительности – завышенные или заниженные).

Представители *юношеского возраста* (в основном студенты 17–21 года) проявили наибольший разброс в представлениях о старении – от естественной толерантности до интолерантности. В этой группе можно выделить четыре стереотипа старости. Первый связан с интолерантностью, неприятием этого возраста и его резко негативной оценкой. Акцент в ответах делается на дряхлость, одиночество, поте-

рю работоспособности. Многие респонденты ограничивались ответом-эмоцией «грустно», «страшно», «скучно». По простоте описаний эта группа приближается к раннему подростковому возрасту. Настораживает, что здесь встречаются отрицательные оценки не только старости, но и стариков. Юноши допускают резкие, достаточно грубые суждения, злую иронию по отношению к пожилым людям. Таких проявлений больше не зафиксировано ни в одной возрастной группе. Второй тип представлений – положительный образ старости, связанный с мудростью и опытом, реализованностью жизненных целей, возможностью жить для себя и для внуков. Третий тип описаний характеризуется амбивалентностью. Обобщенно старость можно охарактеризовать как возраст «дряхлости и мудрости». И наконец, особняком стоит четвертая группа, представлениям о старости которой свойственна нереалистичность («домик во Франции», «20 миллионов евро в швейцарском банке»). Можно предположить, что такое ироничное описание маскирует нежелание говорить на неприятную тему, имеет характер психологической защиты.

Если в юношеском возрасте варианты отношения к старости разнообразны, то в *первый период зрелости* (21–35 лет) доминирует негативное отношение к старению и старости (но не к старикам!). Лишь в единичных ответах эксплицируются положительные черты этого возраста, в подавляющем большинстве молодежь единодушна: «в старости нет ничего хорошего». Ее пугают болезни и беспомощность, зависимость и неуважение, тяжелое существование и усталость от жизни. Часто встречается и ответ «Не хочу об этом думать», что можно интерпретировать как защитный механизм вытеснения. Эти результаты вполне согласуются с данными об уровне и структуре готовности к освоению возрастнo-временных изменений у молодежи.

Во *второй период зрелости* (35–60 лет) картина качественно иная. Взрослые люди не столько выражают свое отношение к старости, сколько «примеряют» ее на себя, что вполне объяснимо, поскольку именно в этом возрасте начинают достаточно ярко проявляться первые признаки старения. Отношение к этому среди участников опроса различное. С определенной долей условности можно выделить

два типа: толерантное отношение и интолерантное. Представители первого типа воспринимают старость как появление свободного времени, которое можно потратить на общение с внуками (этот ответ встречается наиболее часто), встречи с интересными людьми, написание мемуаров. «Быть жизнерадостной, не думать о болезнях, любить своих близких» – эта фраза одной из участниц опроса хорошо характеризует представителей первого типа в целом. Представители второго типа (интолерантное отношение) характеризуют старость в тех же отрицательно окрашенных понятиях, как и представители более молодых групп (болезни, одиночество, ненужность, зависимость).

Интересно, что подобное разделение на два типа отношения сохраняется и в *пожилom и старческом возрасте* (60–84 года). «Старый тоже должен жить!» – считают толерантно относящиеся к своему возрасту пожилые люди. Дети и внуки – главный смысл жизни этих пенсионеров, они продолжают интересоваться жизнью, даже если это сопровождается ироничным отношением к своему возрасту («с гордостью носить давно немодные вещи»). «Не знаю, что значит быть старым, и надеюсь, что еще не скоро узнаю», – ответил 70-летний участник опроса, продемонстрировав в высшей степени толерантное отношение к старению. Ответы представителей второго типа, характеризующегося интолерантным отношением к старости, часто называют брюзжанием: жизнь им видится в мрачных тонах, они сетуют на болезни, дороговизну лекарств, на то, что «государство не может позаботиться», помощь детей воспринимают как «подачки». Такого четкого разделения по толерантному/интолерантному отношению к старости нет ни в одной возрастной группе, кроме второго периода зрелости и пожилого возраста.

Изучение стереотипов старости в различных возрастных группах позволило сделать следующие выводы. Во-первых, по мере взросления увеличивается количество и состав называемых характеристик – от исключительно внешних и физиологических признаков в ответах школьников до развернутых описаний в юношеском и зрелом возрастах, включающих наряду с физическими признаками психологические, социальные, поведенческие. Во-вторых, отрицательные

оценки позднего возраста касаются не представителей старшего поколения, а периода старости как такового. Исключение составил лишь юношеский возраст: в ответах представителей этой возрастной группы зафиксировано достаточное количество резких суждений в адрес стариков. В-третьих, начиная с периода второй зрелости (35–60 лет) заметна дифференциация респондентов по типу отношения к старости как к возрасту болезней и зависимости или свободы и мудрости. В более молодых группах отношение амбивалентное («мудрый и дряхлый»). В-четвертых, вне зависимости от типа восприятия старости пенсионеры – единственная возрастная группа, не дающая оценочных суждений старости и демонстрирующая принятие ситуации как она есть – вынужденную толерантность.

2.3. Готовность к освоению возрастнo-временных изменений в процессе жизненного пути: динамика, эффекты и детерминанты

2.3.1. Динамика готовности к освоению возрастнo-временных изменений в процессе жизненного пути

С целью исследования особенностей готовности к возрастным изменениям нами разработан опросник «Готовность к возрастным изменениям» (Н.С. Глуханюк, Т.Б. Гершкович, 2003), приведенный в прил. 1. Опросник позволяет диагностировать как общий показатель готовности к освоению возраста, так и ее компоненты, уровни, а также структурные элементы, дающие более полную характеристику готовности к освоению возрастнo-временных изменений. Психометрическая проверка опросника показала его высокие ретестовую надежность и текущую валидность.

При выборе организационного метода исследования приоритет был отдан методу поперечных срезов (сравнение характера готовности у людей юношеского, молодого, зрелого, пожилого и старческого возрастов). Всего в исследовании приняли участие 169 чел., состав-

вивших четыре подвыборки, обобщенная характеристика которых представлена в табл. 3.

Таблица 3

Характеристика выборки участников исследования

Подвыборка	Пол, %		Возраст, лет			Форма сбора данных
	Муж.	Жен.	Размах	Среднее	Мода	
Студенты (юношеский возраст)	15	85	18–21	19,5	8	Фронтальная
Работающие (первый период зрелости – молодость)	46	54	21–28	23,62	24	Индивидуальная
Работающие (второй период зрелости)	30	70	30–55	42,5	42	Фронтальная
Пенсионеры (пожилой и старческий возраст)	47	53	65–91	78,0	76	Индивидуальная

Сравнительный анализ позволил выявить наиболее интересные тенденции в формировании готовности к освоению возрастнo-временных изменений в процессе жизненного пути. Обнаружено, что динамика готовности имеет гетерохронный характер, и возрастные изменения разных уровней готовности неравномерны (рис. 1).

Когнитивный уровень, проявляющийся в осознании происходящих с возрастом изменений, достоверно повышается только к хронологической старости, т.е. у людей пожилого и старческого возраста. Показатели же юношей, молодежи и людей зрелого возраста достоверно не различаются, хотя, безусловно, тенденция к росту показателей когнитивного уровня имеется. Предвосхитить будущее старение (особенно личностно-психологическое и социальное) молодым людям достаточно сложно, оно четко осознается, лишь когда становится свершившимся фактом.

Аффективный уровень, что хорошо видно на рис. 1 и подтверждено сравнительным анализом, менее подвержен возрастной динамике. Этот результат еще раз иллюстрирует тезис о том, что активно-положительное отношение к действительности (к проявлениям возраста в том числе) человек проносит через весь жизненный путь, оно не является приобретением поздних возрастов. Единственное исключение – первый период зрелости, в котором можно наблюдать резкое снижение показателей, т. е. достаточно негативное отношение к предстоящим возрастнo-временным изменениям. Об этом говорят и результаты опроса «Что значит быть старым?», которые обсуждались выше.

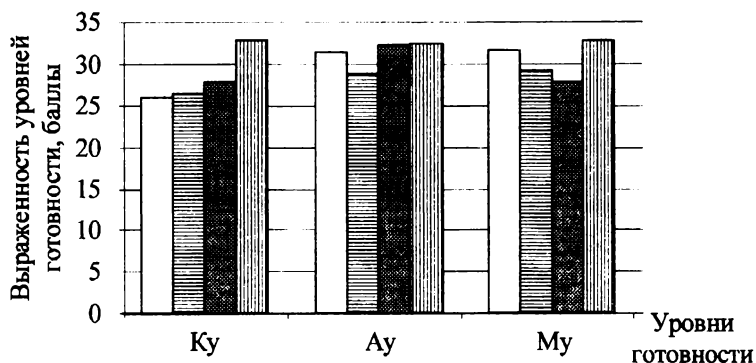


Рис. 1. Выраженность уровней готовности к освоению возрастнo-временных изменений представителей разных возрастов: Ку – когнитивный уровень; Ау – аффективный уровень; Му – мотивационный уровень; □ – юность; ▨ – молодость; ▩ – зрелость; ▮ – пожилой возраст

Мотивационный уровень готовности продемонстрировал самую интересную, на наш взгляд, динамику в процессе жизненного пути: заметный спад в молодом и зрелом возрастах и последующий подъем к старости. При этом выраженных различий в активном поиске стратегий адаптации к различным возрастным изменениям у студентов и пенсионеров не наблюдается, зато у работающих людей в период зре-

лости надвигающееся старение и актуальность отдельных его проявлений, по-видимому, вызывают растерянность и пассивность, отказ от активной адаптации.

Что касается компонентного состава готовности, то здесь картина более однозначная. Выраженность социального и профессионального компонентов готовности не изменяется с течением жизни, проявления физиологического и личностно-психологического компонентов увеличиваются при переходе от зрелости к старости. Мы объясняем это тем, что человек в первую очередь сталкивается с внешними и физиологическими проявлениями старения (потеря внешней привлекательности, ухудшение здоровья), а также с изменениями в познавательной и личностно-психологической сферах. Как показали результаты опроса «Что значит быть старым?», именно с такими проявлениями у молодежной выборки ассоциируется поздний возраст.

Анализ взаимосвязей между уровнями готовности показывает заметные возрастные различия в структуре готовности (рис. 2), что необходимо учитывать при проектировании системы психологического сопровождения процесса взросления и старения субъекта жизненного пути. Так, у людей юношеского и зрелого возрастов наибольшую включенность в общую структуру готовности демонстрирует аффективный уровень – отношение к возрасту. Он является системообразующим в структуре готовности, играя роль опосредующего звена между осознанием субъектом ожидаемых в будущем возрастных изменений и активным поиском продуктивных стратегий адаптации к ним. Следовательно, в этих возрастах продуктивным будет использование технологий, направленных в первую очередь на формирование позитивного, толерантного отношения к проявлениям возраста. Информационное направление в работе само по себе может оказаться недостаточным в подготовке к будущему старению, необходимы тренинговые, семинарские формы работы.

Представители первого периода зрелости вновь продемонстрировали качественно иную картину готовности (см. рис. 2). У молодежи осознание будущих возрастных изменений напрямую связано с активностью по их освоению, а вот спокойное отношение к ним про-

воцирует пассивность, отказ от адаптации. В этом возрасте эффективным направлением сопровождения будет информационное, позволяющее сформировать в сознании молодежи адекватный, позитивно окрашенный, свободный от стереотипов и заблуждений образ старения и старости.

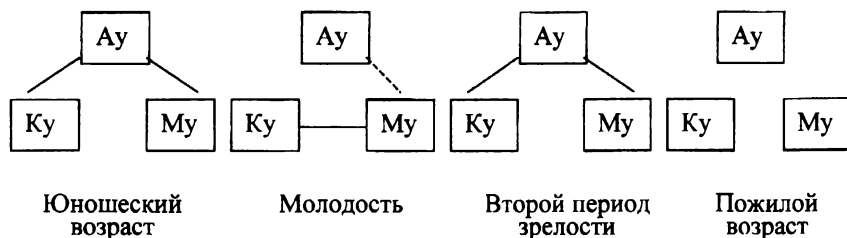


Рис. 2. Взаимосвязь уровней готовности к возрастным изменениям представителей разных возрастов:

Ку – когнитивный уровень; Ау – аффективный уровень; Му – мотивационный уровень; ————— прямая корреляционная связь; - - - - - обратная корреляционная связь

Анализ показал отсутствие каких-либо связей между уровнями готовности у людей пожилого возраста (см. рис. 2). В преклонном возрасте все виды возрастных изменений становятся для человека актуальными, он вынужден осваивать их с наименьшими потерями для личности, искать пути адаптации вне зависимости от того, четко ли он осознает себя или его образ будущего размыт, относится ли он к происходящему толерантно, с пониманием, или его реакция резко негативная. Вероятно, распад взаимосвязей между уровнями готовности является одним из адаптивных механизмов, позволяющих пожилому человеку освоить свой возраст. Данный факт имеет непосредственное практическое значение для организации просветительской работы с пожилыми людьми, создания так называемых «университетов третьего возраста». Информационное направление в практической работе, реализуемое главным образом в лекционной форме, – это необходи-

мый компонент подготовки человека к принятию возрастных изменений, но не единственный, поскольку, как мы видели, понимание природы происходящих возрастных изменений, отношение к ним и активность в адаптации с годами становятся для пожилого человека несвязанными. Он может быть «просвещенным» лекциями компетентных специалистов различного профиля, но оставаться при этом пассивным объектом внешних воздействий. Работа, таким образом, должна вестись с ориентацией на все три дезинтегрированных уровня готовности: когнитивный, эмоциональный и мотивационный – и обязательно включать технологии мотивирования жизненной активности пожилых людей и выработки позитивного отношения к поздним периодам жизни. На практике хорошо зарекомендовали себя возрастнопсихологическое консультирование и некоторые психотерапевтические методы (биографические, мемуаротерапия, арт-терапия).

2.3.2. Особенности детерминации готовности индивидуальными свойствами

Мы не выделяем в структуре готовности к старению характерологический компонент, но предполагаем, что индивидуально-психологические свойства субъекта жизненного пути оказывают определенное влияние на уровень готовности. В исследовании индивидуальных свойств, предположительно участвующих в детерминации готовности к освоению возраста, принимали участие испытуемые юношеского возраста, периодов молодости и зрелости (характеристика выборки представлена в табл. 3). Испытуемых пожилого и старческого возраста к участию в исследовании на данном этапе мы не привлекали ввиду отсутствия надежного и валидного инструментария для комплексной диагностики индивидуальных свойств, адаптированного для лиц старшего возраста. В работе использовались классические методики: опросник формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДСИ) В.М. Русалова (1997), комбинированный личностный опросник (КЛО) Г.Е. Лесвика (1990), опросник уровня субъективного

контроля (УСК) Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной и А.М. Эткинда (1984).

Давая самую общую характеристику выявленных взаимосвязей готовности и разноуровневых индивидуальных свойств, можно отметить следующее. В период юношества в детерминации готовности активно задействованы психодинамические свойства (главным образом в коммуникативной и интеллектуальной сферах), в значительно меньшей степени – личностные, свойства социально-психологического уровня практически исключены из механизма детерминации.

В период молодости характер взаимосвязи индивидуальных свойств и готовности в целом такой же, как в юношеском возрасте. Различия имеются в количестве задействованных психодинамических и личностных свойств: на психодинамическом уровне к детерминации готовности подключаются психомоторные свойства и общая активность человека, а на личностном – качества волевой сферы (факторы Q_{3+} – самоконтроль поведения и E_+ – доминантность).

Во второй период зрелости картина качественно иная: с готовностью взаимосвязаны значительно меньший, чем у представителей юношеского возраста, комплекс психодинамических свойств, совершенно иные личностные свойства и, наконец, очень тесные взаимосвязи обнаружены с социально-психологическими свойствами. Среди личностных свойств на первый план выдвигается отношение к коллективу. Это подчеркивает значимость психологического сопровождения в предпенсионном возрасте, реализуемого непосредственно на предприятии, в корпоративных формах работы. Такие социально-психологические свойства, как общая интернальность, интернальность в области достижений и в области здоровья напрямую взаимосвязаны с общим уровнем готовности к освоению возраста и со всеми ее компонентами. Таким образом, люди, осознающие ответственность за свою жизнь в целом, за здоровье и различные достижения, в большей степени готовы осваивать возрастно-временные изменения, нежели те, кто перекладывает принятие ответственных решений и активные действия на окружающих.

Обобщая результаты изучения взаимосвязи готовности к освоению возрастно-временных изменений с индивидуальными свойствами, можно отметить, что с возрастом в механизм детерминации подключаются свойства все более высоких уровней индивидуальности, а на нижележащих уровнях задействуется другой комплекс свойств.

2.3.3. Гендерные особенности готовности к освоению возрастно-временных изменений

В обществе распространено мнение, что мужчины и женщины стареют по-разному и соответственно различается их отношение к этому процессу. Считается, что мужчины тяжелее переживают выход на пенсию, сопряженный с утратой основной для них деятельности и изменением социального статуса. Женщинам приписывается большая, по сравнению с мужчинами, озабоченность по поводу внешних признаков старения, потери красоты и привлекательности. Одним из направлений нашего исследования является анализ гендерных особенностей готовности к освоению возрастно-временных изменений, дающий основания для оценки объективности обыденных представлений и гендерных стереотипов старости. Выявленные в результате сравнительного анализа различия в готовности мужчин и женщин разных возрастов представлены в табл. 4 – 6.

Таблица 4

Усредненные показатели готовности к возрастным изменениям мужчин и женщин и достоверные различия между ними по *U*-критерию Манна–Уитни (юношеский возраст)

Показатель	Мужчины	Женщины	<i>U</i>	<i>p</i>
МСэ	5,25	7,79	97,0	0,006
Фк	17,75	23,9	105,5	0,011
Му	24,25	33,7	111,5	0,017
Го	72,50	91,9	119,0	0,025

Примечание. МСэ – мотивационный уровень социального компонента; Фк – физиологический компонент; Му – мотивационный уровень; Го – общий показатель готовности.

Как показывают результаты анализа, на разных этапах жизненного пути проявляются специфические гендерные особенности. Так, в юношеском возрасте женщины демонстрируют в целом более высокую готовность к будущим возрастным изменениям, причем она проявляется прежде всего на мотивационном уровне и касается изменений физиологического характера (см. табл. 4). В этом возрасте для девушек естественен интерес к собственной внешности, готовность экспериментировать с ней. Именно внешняя привлекательность рассматривается как залог успешности установления межличностных контактов с представителями противоположного пола. Кроме того, современная индустрия красоты стремится охватить как можно более широкий возрастной диапазон потенциальных клиенток, и уже самым молодым женщинам реклама навязывает непрестанную заботу о красоте и здоровье «для предотвращения будущего старения». Наибольшие различия между юношами и девушками проявились в готовности искать способы адаптации к будущим изменениям в социальной сфере. Возможно, девушки здесь более активны, поскольку им уже в самое ближайшее время придется осваивать новые социальные роли (супруги, матери), связанные с вхождением в следующий возрастной период – молодости и зрелости.

Таблица 5

Усредненные показатели готовности к возрастным изменениям
мужчин и женщин и достоверные различия между ними
по *U*-критерию Манна–Уитни (молодость)

Показатель	Мужчины	Женщины	<i>U</i>	<i>p</i>
КФэ	5,87	8,93	144,0	0,001
Фк	20,57	23,33	200,5	0,031
Ку	22,57	29,67	197,5	0,028

Примечание. КФэ – когнитивный уровень физиологического компонента; Фк – физиологический компонент; Ку – когнитивный уровень.

В первый период зрелости (молодость) различия в уровне готовности к физиологическим изменениям у мужчин и женщин сохра-

няются, но становятся менее значительными (см. табл. 5). На первый план выходит когнитивный уровень готовности, и здесь женщины демонстрируют более высокую степень понимания естественности, неизбежности и закономерности возрастных изменений. Интересно, что негативное по сравнению с другими возрастными группами отношение к процессу старения у молодежи (см. п. 2.2) не зависит от пола: ни по одному из показателей аффективного уровня различий между мужчинами и женщинами не выявлено.

Во втором периоде зрелости самый большой перечень показателей, по которым выявлены гендерные различия (см. табл. 6). У женщин этого возраста более четкое представление о предстоящих изменениях в социальной сфере. Это может быть связано с тем, что они раньше мужчин выходят на пенсию и осваивают роли бабушек, сотрудников предпенсионного возраста и т.п. У мужчин социальные признаки старости приходят на 5 -- 10 лет позже, возможно, поэтому они меньше ровесниц-женщин об этом задумываются. Зрелость – период наиболее ярких различий в эмоциональном отношении к старению. Мужчины продемонстрировали достаточно спокойное, толерантное отношение к самым разным возрастным изменениям (в том числе и к профессиональным), в то время как женщины переживают их более остро и болезненно.

Таблица 6

Усредненные показатели готовности к возрастным изменениям мужчин и женщин и достоверные различия между ними по *U*-критерию Манна–Уитни (второй период зрелости)

Показатель	Мужчины	Женщины	<i>U</i>	<i>p</i>
АФэ	9,88	7,43	78,5	0,003
КСэ	5,71	7,10	102,0	0,023
АСэ	8,76	7,48	109,5	0,039
АЛэ	8,94	7,05	88,0	0,007
АПэ	9,59	7,56	101,0	0,021
Ау	37,06	29,81	79,0	0,003

Примечание. АФэ – аффективный уровень физиологического компонента; КСэ – когнитивный уровень социального компонента; АСэ – аффективный уровень социального компонента; АЛэ – аффективный уровень личностно-психологического компонента; АПэ – аффективный уровень профессионального компонента; Ау – аффективный уровень.

В группе пенсионеров гендерные различия в уровне готовности к возрастнo-временным изменениям не были выявлены. Некоторые авторы рассматривают стирание гендерного профиля личности как проявление адаптации – сохранения себя как индивида по принципу «замкнутого контура» (М. Ермолаева, 2002). Исполнение обобщенной социальной роли «Я – человек» без разделения на роли мужчины и женщины рассматривается как один из резервов развития в поздних возрастах (Г.С. Абрамова). Этот вопрос на сегодняшний день слишком слабо изучен, поэтому дать научное объяснение полученному факту достаточно сложно. Более дифференцированный подход к выборке пенсионеров позволил выявить различия в когнитивном уровне готовности в возрастной группе старше 70 лет. Женщины этого возраста более склонны задумываться о происходящих с ними возрастных изменениях, чем мужчины ($p = 0,037$). В подвыборке лиц раннего пенсионного возраста такая тенденция не была отмечена.

Обобщая результаты сравнительного анализа готовности к возрастным изменениям и соотнося их с распространенными гендерными и возрастными стереотипами, можно отметить следующее. Более высокая по сравнению с мужчинами активность в освоении физиологических проявлений возраста характерна для девушек и молодых женщин, с годами эти различия стираются. Резкое расхождение в глубине эмоциональных переживаний по поводу старения наблюдаются только во втором периоде зрелости: женщины реагируют на приближающуюся старость более болезненно. В остальных возрастных группах различия в аффективной составляющей не были выявлены. Ни в одной из возрастных групп у мужчин не была обнаружена более высокая готовность адаптироваться к потере профессиональной деятельности. Более того, мужчины предпенсионного возраста значительно спокойнее относятся к перспективе пенсии, чем женщины. В выборке пенсионеров готовность к освоению возрастнo-временных изменений у мужчин и женщин не различается.

2.3.4. Готовность к освоению возрастно-временных изменений представителей разных профессий

В обширный по временной протяженности период зрелости человека решение возрастных задач тесно переплетается с решением задач профессиональных, а порой даже оказывается вторичным по отношению к нему. Мы предположили, что определенную роль в формировании готовности к освоению возрастно-временных изменений в этом периоде играет характер профессиональной деятельности. Особый интерес, на наш взгляд, представляет изучение готовности к старению медицинских работников. Специфика медицинской деятельности заключается в постоянном столкновении с негативными проявлениями старости, болезнями и даже смертью. Медицинским работникам приходится чаще общаться с пожилыми людьми именно по поводу их плохого самочувствия. Достаточно широко распространено мнение, что в старости человек болеет чаще и тяжелее, поэтому мало кто в этом возрасте не обращается к врачам. Можно предположить, что врачи больше обеспокоены вопросами состояния своего здоровья, профилактики заболеваний, свойственных возрасту, долголетия, чем представители других профессий (в нашем случае для сравнения выбраны представители принципиально отличной группы профессий – экономисты). Выборку исследования составили медицинские работники Центральной районной больницы г. Советский и экономисты ОАО «Екатеринбургская электросетевая компания» в возрасте от 25 до 55 лет (табл. 7).

Таблица 7

Характеристика выборки

Подвыборка	Всего чел.	Пол, %		Возраст, лет			Форма сбора данных
		Муж.	Жен.	Размах	Среднее	Мода	
Медицинские работники	30	17	83	25–55	42,7	54	Индивидуальная
Экономисты	30	17	83	25–55	35	29	Индивидуальная

Проводилось сравнение уровня выраженности и структуры готовности к освоению возраста. Результаты сравнительного анализа представлены в табл. 8.

Таблица 8

Усредненные показатели готовности медицинских работников и экономистов к возрастным изменениям и достоверные различия между ними по *U*-критерию Манна–Уитни

Показатель	Медицинские работники	Экономисты	<i>U</i>	<i>p</i>
КФэ	9,3	7,1	257	0,004
АФэ	8,3	7,9	—	—
МФэ	8,7	7,7	—	—
КСэ	5,9	5,9	—	—
АСэ	8,2	8,0	—	—
МСэ	7,5	7,3	—	—
КЛэ	7,0	6,5	—	—
АЛэ	8,3	7,8	—	—
МЛэ	8,7	8,4	—	—
КПэ	6,6	6,0	—	—
АПэ	10,5	7,8	193	0,0001
МПэ	7,2	7,8	—	—
Фк	26,23	22,7	—	—
Ск	21,6	21,37	—	—
Лк	24,0	22,67	—	—
Пк	24,6	21,57	—	—
Ку	29,03	25,47	—	—
Ау	35,3	31,53	—	—
Му	32,03	31,2	438,5	0,043
Го	96,33	87,87	—	—

Примечание. КФэ – когнитивный уровень физиологического компонента; АФэ – аффективный уровень физиологического компонента; МФэ – мотивационный уровень физиологического компонента; КСэ – когнитивный уровень социального компонента; АСэ – аффективный уровень социального компонента; МСэ – мотивационный уровень социального компонента; КЛэ – когнитивный уровень личностно-психологического компонента; АЛэ – аффективный уровень личностно-психологического компонента; МЛэ – мотивационный уровень личностно-психологического компонента; КПэ – когнитивный уровень профессионального компонента; АПэ – аффективный уровень профессионального компонента; МПэ – мотивационный уровень профессионального компонента; Фк – физиологический компонент; Ск – социальный компонент; Лк – личностно-психологический компонент; Пк – профессиональный компонент; Ку – когнитивный уровень; Ау – аффективный уровень; Му – мотивационный уровень; Го – общий показатель готовности.

Статистически значимые различия выявлены только по трем показателям готовности, однако у медицинских работников можно отметить тенденцию к увеличению всех показателей по сравнению с экономистами. Наиболее значимые различия продемонстрировали когнитивный уровень физиологического компонента, аффективный уровень профессионального компонента и мотивационный уровень в целом. Это означает, что медицинские работники лучше экономистов осознают возникающие у них в настоящем или ожидаемые в будущем физические проявления старения. С учетом специфики деятельности медицинских работников этот факт не вызывает удивления. Также представители данной профессии спокойнее экономистов относятся к предстоящему снижению роли профессиональной деятельности в жизни и более того – к ее утрате. На наш взгляд, это одно из проявлений синдрома эмоционального выгорания специалистов медицинского профиля, тем более что средний возраст по данной выборке на семь лет превышает показатель экономистов. При этом медицинские работники активнее экономистов в поиске и апробации способов адаптации к различным возрастным изменениям.

Как показали результаты интеркорреляционного анализа, наиболее яркие различия между медработниками и экономистами наблюдаются в структуре взаимосвязей уровней готовности к освоению возраста (рис. 3). Для медицинских работников характерна дезинтеграция уровней готовности, свойственная представителям старших возрастных групп (см. рис. 2). От готовности к освоению возраста пожилых людей их отличает появление обратной зависимости когнитивного и аффективного уровней: высокая степень понимания естественности возрастных изменений оказывается связана с нетерпимым отношением к ним. В обыденном сознании такое отношение находит отражение в формуле «многие знания – многие печали». Структура готовности экономистов в целом соответствует картине молодости и зрелости, представленной ранее.

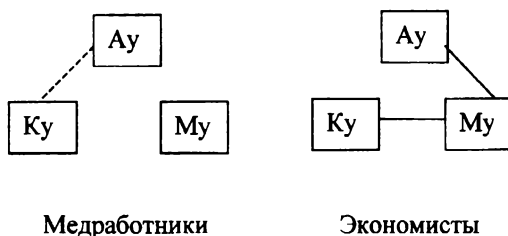


Рис. 3. Взаимосвязь уровней готовности к возрастным изменениям представителей разных профессий:

Ку – когнитивный уровень; Ау – аффективный уровень; Му – мотивационный уровень; ——— прямая корреляционная связь; ----- обратная корреляционная связь

Таким образом, сравнительное исследование готовности к освоению возрастно-временных изменений позволило выявить ее профессиональную специфику в зрелом возрасте. Медицинские работники в большей степени готовы осваивать возраст, они активнее в этом процессе, лучше представляют себе ожидающие их возрастные изменения, чем экономисты. При этом формирование готовности представителей медицинских профессий носит опережающий возрастные задачи характер, поскольку ее дезинтегрированный характер является одним из адаптивных механизмов, используемых людьми пожилого возраста.

2.3.5. Взаимосвязь готовности к освоению возрастно-временных изменений и восприятия жизненного пути в пожилом возрасте

В геронтопсихологической литературе часто обсуждается тезис о том, что не сами по себе обстоятельства жизни определяют успешность или неуспешность прохождения человеком поздних этапов жизненного пути, а его собственное восприятие этих обстоятельств. В нашем исследовании взаимосвязи готовности к освоению возрастно-

временных изменений с особенностями восприятия жизненного пути в пожилом возрасте приняли участие 50 чел. в возрасте от 55 (женщины), 60 (мужчины) до 75 лет. Для исследования субъективной картины жизненного пути использовалась методика Л.Ф. Бурлачука, Е.Ю. Коржовой «Психологическая автобиография» (1998). Были выявлены следующие особенности в восприятии жизни. Среднее время антиципации, т.е. предвосхищения будущих событий (1,5 года), значительно меньше «нормативного» (4,6 года), а среднее время ретроспекции (16,5 лет) значительно выше «нормативного» (8,88 года), что указывает на большую значимость прошлого опыта по сравнению с будущим. Высока реализованность событий и мала потенциальность. Это говорит о психологическом старении, испытуемые закрыты опыту настоящего. Полученные результаты хорошо согласуются с данными Л.В. Бороздиной и Л.А. Спиридоновой (1998), также свидетельствующими о преобладании в пожилом возрасте ориентации на прошлое. Временная транспектива сужается за счет сокращения структурного компонента будущего. Авторы связывают этот факт с переносом акцента в функционировании личности с проспективной самореализации на сохранение достигнутого. Интересно, что в данном случае результаты научного осмысления восприятия жизни пожилыми людьми не вступают в противоречие с расхожим стереотипом обыденного отражения старости: по результатам проводившихся нами опросов представители более молодых возрастов часто связывают старость с воспоминаниями и привязанностью к прошлому.

Восприятие жизни изучалось в нашем исследовании с помощью стандартизированной методики, поэтому результат представляет собой наиболее общую тенденцию. Индивидуально-типологический анализ особенностей освоения возраста, реализуемый нами в консультативной практике, позволяет выявить и случаи «психологической молодости», и более проработанные варианты смыслового будущего у пожилых людей. В связи с этим следующим этапом работы является изучение процесса адаптации к старению с помощью биографических методов, позволяющих наряду с общими тенденциями рассмотреть так называемые единичные случаи.

Содержательный анализ названных в психологических автобиографиях событий показал существование определенных различий в значимости жизненных сфер у пожилых людей, участвовавших в исследовании, и испытуемых зрелого возраста, чьи результаты приводят в качестве нормативных Л.Ф. Бурлачук и Е.Ю. Коржова (1998). Как видно из табл. 9, с возрастом «меняются местами» события биологического типа и связанные с изменениями социальной среды. Для пожилого человека активные социальные контакты становятся менее значимыми, изменения социального окружения уже, по-видимому, пережиты, а биологические события выходят на первый план. Конкретизация событий по виду показывает, что эти биологические события связаны отнюдь не с болезнями, как можно было бы предположить (сфера здоровья у пожилых, как и у более молодых людей, лишь на 11-м месте), а с рождением внуков. Значимость этой жизненной сферы выше «норматива» и намного опережает значимость всех остальных видов событий, что можно считать особенностью российских пенсионеров – с выходом на пенсию посвящать себя внукам. В возрастной динамике значимости жизненных сфер также обращает на себя внимание повышение значимости сферы «Я» (сосредоточенность на своих переживаниях, событиях, связанных с выбором жизненного пути) и сферы «природа» (применительно к нашей выборке это события, относящиеся к работе в собственном саду). По мнению М. Ермолаевой, воспитание внуков и работа на садовом участке чрезвычайно полезны для психологического благополучия пожилого человека тем, что создают временную перспективу: ему захочется заглянуть в будущее, узнать, как вырастет и развивается ребенок, как растет посаженный им сад (М. Ермолаева, 2002).

Исходя из этих позиций участники нашего исследования вполне «нормативно» и благополучно создают себе жизненные смыслы. Снижение веса событий, связанных с работой, учебой, межличностными отношениями и родительской семьей также вполне естественно и объяснимо социальной ситуацией развития в пожилом возрасте. Рискнем высказать нашу субъективную точку зрения, что иерархия жизненных сфер пожилых людей в свете общечеловеческих ценностей

более гармонична, чем у людей зрелого возраста: они рефлексивны, живут ради других людей и близки к природе.

Таблица 9

Ранги событий, называемых в психологических автобиографиях людей зрелого и пожилого возрастов

Ранг	Зрелый возраст	Пожилой возраст
<i>Типы событий</i>		
1	Социальная среда	Биологический
2	Личностно-психологический	Личностно-психологический
3	Биологический	Социальная среда
4	Физическая среда	Физическая среда
<i>Виды событий (жизненные сферы)</i>		
1	Учеба, повышение квалификации	Дети
2	Дети	Я
3	Работа	Брак
4	Родительская семья	Природа
5	Брак	Работа
6	Место жительства	Учеба, повышение квалификации
7	Я	Место жительства
8	Материальное положение	Общество
9	Межличностные отношения	Материальное положение
10	Общество	Родительская семья
11	Здоровье	Здоровье
12	Природа	Межличностные отношения

Анализ взаимосвязи готовности к старению и субъективной картины жизненного пути показал парадоксальные, на наш взгляд, результаты: готовность в целом, ее когнитивный и аффективный уровни оказались не связаны ни с одним показателем восприятия жизни. Вероятно, это происходит по двум причинам: во-первых, связь названных феноменов носит нелинейный характер и не обнаруживается посредством корреляционного анализа, необходимо использование дополнительных математико-статистических методов; во-вторых, у поколения сегодняшних пенсионеров был достаточно сложный и противоречивый жизненный путь, многие ценности которого в настоящее время не приняты, отвергаются обществом, и при формировании готовности к освоению возраста может срабатывать защитный меха-

низм вытеснения, отношение к старости оказывается не связанным с рефлексивным осмыслением своей жизни. В любом случае наши предположения гипотетичны и нуждаются в дополнительной проверке.

С особенностями восприятия жизненного пути оказался связан лишь мотивационный уровень готовности в целом и его составляющие в сфере личностно-психологических и социальных возрастных изменений, причем все выделенные взаимосвязи имеют обратный характер. Пассивную позицию по отношению к возрастным изменениям (низкий уровень мотивационного компонента) продемонстрировали пожилые люди, которых отличают высокая продуктивность в воспроизведении образов жизненного пути (большое количество называемых событий прошедшего и будущего), насыщенность жизни значимыми переживаниями (большой вес событий), значительный вес событий биологического типа (рождение детей и внуков, смерть близких, болезни), важность таких жизненных сфер, как семья и дети. Вероятно, благополучные в семье пожилые люди готовы принять старость как она есть, без активной борьбы с ее проявлениями. Те, кто прожил богатую событиями и переживаниями жизнь, к старости уже не хотят ничего менять, исчерпав «ресурс активности». Кроме того, некоторые авторы (И.А. Джидарьян, 1997; В.В. Нуркова, К.Н. Василевская, 2003) отмечают благотворное влияние на психологическое состояние человека позитивно ориентированной автобиографической памяти. В нашем же исследовании временная транспектива рассматривалась без использования каких-либо методов влияния со стороны исследователя, так, как она представлялась испытуемым, и о «позитивной» ориентации многих автобиографий говорить достаточно сложно.

Когнитивный уровень готовности в целом, как уже говорилось, с субъективной картиной жизненного пути не связан, но один из составляющих его структурных элементов взаимодействует с восприятием человеком времени жизни. Когнитивный уровень личностно-психологического компонента положительно связан со временем ретроспекции и антиципации. Иными словами, чем на больший срок че-

ловек видит свой жизненный путь в прошлом и будущем, чем больше его временные ретро- и перспектива, тем в большей степени он осознает происходящие с ним в настоящем и предстоящие изменения в когнитивной и личностной сферах.

Поскольку субъективная картина жизни имеет свои специфические особенности в пожилом возрасте, можно предположить, что и характер взаимосвязи этого феномена с готовностью к освоению возрастно-временных изменений подвержен динамике в процессе жизненного пути.

2.3.6. Готовность к старению и удовлетворенность жизнью в контексте профессиональной занятости пенсионеров

Одно из направлений нашей работы связано с изучением готовности к освоению возрастно-временных изменений и удовлетворенности жизнью в контексте профессиональной занятости пенсионеров. Педагогическая деятельность – область с традиционно высокой профессиональной сохранностью, доля «молодых» пенсионеров среди педагогов относительно велика. Это ставит ряд научно-практических вопросов, связанных с ролью профессиональной деятельности в жизни педагогов пенсионного возраста, в решении ими нормативных возрастных задач.

В сравнительном исследовании готовности к старению (в том числе к социальному и профессиональному) и удовлетворенности жизнью работающих и неработающих пенсионеров на примере педагогов средней школы приняли участие 49 чел. (5 мужчин и 44 женщины) пенсионного возраста (от 55 до 67 лет), обобщенная характеристика которых представлена в табл. 10.

Были получены интересные и в чем-то даже парадоксальные результаты, иллюстрирующие сложную, неоднозначную роль профессиональной деятельности в пенсионном возрасте.

Таблица 10

Характеристика выборки участников исследования

Подвыборка	Всего чел.	Пол, %		Возраст, лет			Форма сбора данных
		Жен.	Муж.	Размах	Среднее	Мода	
Работающие	24	92	8	11	57	55	Фронтальная
Неработающие	25	88	12	11	60,5	57	Индивидуальная

Уровень удовлетворенности жизнью у работающих пенсионеров оказался значительно выше, чем у неработающих. Этот факт, хорошо согласующийся с расхожей поговоркой «Счастье – в труде», свидетельствует о положительной роли трудовой активности в формировании социально-эмоционального благополучия пожилого человека. Продолжение педагогической деятельности дает «молодому» пенсионеру возможность сохранить привычный образ жизни, социальный статус, материальный достаток, пути самореализации в профессии. С завершением трудовой деятельности и приобретением статуса «бывшего профессионала» удовлетворенность жизнью снижается.

Различий в структуре готовности к освоению возрастнo-временных изменений у работающих и неработающих пенсионеров выявить не удалось, однако ее уровень существенно различается (табл. 11). Как общий уровень готовности, так и выраженность отдельных компонентов у неработающих пенсионеров значительно выше, чем у работающих. Неработающие педагоги пенсионного возраста лучше осознают и понимают естественность физических проявлений старения, изменения социального статуса, отношения со стороны окружающих, утраты профессиональной деятельности. Они спокойнее относятся к актуальным и будущим возрастным изменениям и активно ищут стратегии адаптации к ним, планируют свою жизнь в условиях будущих трансформаций. Работающие пенсионеры отодвигают мысли о старости и более негативно к ней относятся.

Таблица 11

Усредненные показатели готовности к возрастным изменениям у работающих и неработающих пенсионеров и достоверные различия между ними по *U*-критерию Манна–Уитни

Показатель	Работающие	Неработающие	<i>U</i>	<i>p</i>
МСэ	8,38	9,76	184,5	0,019
КЛэ	7,33	9,20	192	0,028
АЛэ	8,29	10,04	179	0,014
Лк	23,38	28,56	93,5	0,00001
Ку	34,25	38,32	196	0,037
Ау	34,58	38,60	202	0,022
Му	34,63	37,64	202	0,048
Го	104,17	114,56	140	0,001

Примечание. МСэ – мотивационный уровень физиологического компонента; КЛэ – когнитивный уровень личностно-психологического компонента; АЛэ – аффективный уровень личностно-психологического компонента; Лк – личностно-психологический компонент; Ку – когнитивный уровень; Ау – аффективный уровень; Му – мотивационный уровень; Го – общий показатель готовности.

Таким образом, продолжение педагогической деятельности играет весьма своеобразную роль в жизни работающих пенсионеров: с одной стороны, сохраняется высокая удовлетворенность своей жизнью, а с другой – тормозится решение актуальных возрастных задач, связанных с психологической подготовкой к старению, принятием своего возраста.

Этот факт подтверждается и результатами изучения характера взаимосвязи удовлетворенности жизнью и готовности к освоению возрастно-временных изменений. В группе работающих пенсионеров удовлетворенность отрицательно взаимосвязана с отношением к изменениям в профессиональной сфере. Отсюда следует, что удовлетворенность жизнью сопряжена у пожилого педагога с неприятием, эмоциональным отторжением возможности утраты профессиональной деятельности или приобретения нового статуса в ней. У неработающих пенсионеров такая зависимость отсутствует, но отмечена другая тенденция: напрямую связанными оказываются удовлетворен-

ность и степень осознания настоящих и грядущих возрастных изменений, связанных со старением.

Полученные результаты подчеркивают необходимость и высокую социальную и личностную значимость программ психологического сопровождения и поддержки педагогов предпенсионного и пенсионного возрастов, их подготовки к экологичному выходу из профессии или продолжению деятельности без ущерба для решения возрастных задач. На наш взгляд, не менее востребована такого рода работа в высшей школе, которая демонстрирует немало замечательных примеров профессионального долголетия. В настоящее время мы организуем аналогичное исследование среди работающих пенсионеров в вузах.

2.4. Психологические особенности адаптации к позднему периоду жизненного пути

Как уже говорилось, существует достаточно большое количество типологий старости, стариков, стратегий адаптации к возрасту, его освоения. Проблема типологии старости для геронтопсихологии актуальна и достаточно хорошо разработана. Единственная, на наш взгляд, сложность – это умозрительный характер и отсутствие эмпирической верификации большинства предлагаемых типологий. В связи с этим для изучения психологических особенностей адаптации современных пенсионеров была разработана обобщенная рабочая классификация стратегий, представленная ниже.

В качестве критериев успешности адаптации выделены психическое здоровье, удовлетворенность жизнью, конструктивное взаимодействие с окружающими, принятие своего возраста, наличие цели и перспектив в жизни. Наличие этих критериев свидетельствует о креативном типе, соответственно отсутствие данных признаков или наличие противоположных им предполагает реализацию стратегии адаптивного или дезадаптивного типа.

Классификация стратегий адаптации к старости

Креативный тип – высший уровень адаптации:

- устойчивая адаптация к среде, наличие резерва сил для преодоления стрессовых ситуаций;
- осознание и принятие наступления старости;
- активное участие в воспитании молодежи;
- удовлетворенность жизнью, ощущение ее полноты;
- наличие созидательной позиции;
- спокойная взвешенная оценка прошлого;
- неограниченность социальных контактов, широкий круг интересов; забота о семье и близких.

Адаптивный тип – средний уровень адаптации:

- адаптированность к социуму;
- повышенная тревожность по поводу своего старения;
- общая удовлетворенность жизнью, миром;
- охотное завершение профессиональной деятельности;
- стремление к наставничеству;
- сужение социальных контактов, их нацеленность лишь на определенную жизненную сферу (семья).

Деадаптивный тип – низший уровень адаптации:

- острое переживание процесса старения, отсутствие интереса к новому;
- недовольство молодым поколением, окружающим миром, критика всего, нравоучения;
- разочарование в себе и в прожитой жизни, ощущение, что жизнь прожита зря;
- одиночество, отчуждение от общества, замкнутость;
- депрессия, ипохондрия, пессимизм;
- отсутствие перспектив на будущее.

Исходя из этого психологический портрет успешно адаптированного пожилого человека будет выглядеть следующим образом: любовь к окружающим; стремление помогать, заботиться, приносить пользу; любовь к жизни во всех ее проявлениях; умение видеть красо-

ту и чувствовать радость жизни; удовлетворенность жизнью; оптимизм и хорошее чувство юмора; способность творить; свобода от тревоги, озабоченности; широкий круг общения и интересов.

Задача изучения стратегий адаптации к старости у лиц пожилого возраста решалась с помощью специально разработанной биографической «Анкеты пенсионера» (прил. 2). В качестве основного метода обработки применялся контент-анализ. Кодировочные категории и их процентная представленность в ответах пожилых людей приведены ниже.

Кодировочные категории типа адаптации к старости

1. Категория А – осознание наступления старости:

- А1 – принятие старости (59%):
 - А11 – этап жизненного пути (17%);
 - А12 – внешние и внутренние изменения в организме (23%);
 - А13 – мудрость (9%);
 - А14 – окончание профессиональной деятельности (10%);
- А2 – непринятие старости (41%):
 - А21 – плохое состояние здоровья (22%);
 - А22 – чувство ненужности (11%);
 - А23 – отсутствие поддержки со стороны государства (8%).

2. Категория Б – отношение к прошлому жизненному опыту:

- Б1 – положительное (84%);
- Б2 – отрицательное (16%).

3. Категория В – факторы удовлетворенности жизнью:

- В1 – удовлетворенность жизнью (58%):
 - В11 – профессиональное благополучие (13%);
 - В12 – семейное благополучие (22%);
 - В13 – хорошее состояние здоровья (5%);
 - В14 – гордость за прожитую жизнь, достижения (18%);
- В2 – неполная удовлетворенность (18%);
- В3 – неудовлетворенность (24%);

В31 – плохое материальное положение (11%);

В32 – смирение с жизнью (13%).

4. Категория Г – взаимодействие с молодежью:

- Г1 – передача опыта молодому поколению (54%);

Г11 – осознание значимости передачи своего опыта (15%);

Г12 – стремление к наставничеству (25%);

Г13 – неосознание значимости передачи своего опыта (14%);

- Г2 – отношение к молодежи (46%);

Г21 – положительное (37%);

Г22 – отрицательное (9%).

5. Категория Д – социальные контакты:

- Д1 – широкий круг общения (17%);

- Д2 – круг общения, ограниченный семьей (68%);

- Д3 – одиночество, замкнутость (15%).

6. Категория Е – личные планы и перспективы:

- Е1 – уделение времени семье (22%);

- Е2 – досуг (9%);

- Е3 – продолжение профессиональной деятельности (5%);

- Е4 – направленность на материальное благополучие (8%);

- Е5 – направленность на хорошее здоровье (23%);

- Е6 – отсутствие планов и перспектив (33%).

Всего в исследовании приняли участие 48 пожилых людей в возрасте от 66 лет до 71 года (средний возраст – 67 лет), в прошлом представители экономических профессий (10%), гуманитарных (35%), технических профессий (55%). Мужчины составили 33% выборки, женщины – 67%.

Результаты показали, что с большей легкостью пожилые люди актуализируют суждения, касающиеся осознания наступления старости (категория А – 22%), нежели факторов удовлетворенности своей жизнью на данном этапе (категория В – 15%). Определенные сложности у пожилых людей связаны с определением планов и перспектив на будущее (категория Е – 19%).

Для подавляющего большинства пенсионеров слагаемым *при-
нятия своей старости* (подкатегория A1) является осознание внеш-
них и внутренних изменений в организме (A12 – 23%). Осмысление
своей старости, скорее всего, происходит через внешнее влияние и
наблюдение за изменениями в жизни: выросла молодежь, изменилось
положение в обществе, происходят физические изменения во внеш-
ности, появляются физические ограничения. Пенсионеры восприни-
мают постарение организма как должное, и в связи с этим у них не
возникает негативных реакций в отношении старости. Они понимают,
что это необратимый процесс и не сопротивляются ему.

Многие связывают старость со следующим этапом жизненного
пути (A11 – 17%). Эти респонденты соотносят свои планы и надежды
с жизненным циклом. Возможно, у них имеются такие перспективы,
которые они будут реализовывать именно в этом возрасте. Таким об-
разом, старость для этих пожилых людей является дополнительным
временем для завершения своих дел, на которые раньше не хватало
времени.

Незначительная часть опрошенных говорит о наступлении ста-
рости как о мудрости (A13 – 9%). Положительное отношение к ста-
рости как к мудрости предполагает осмысление и принятие прожитой
жизни, восприятие старости как важного этапа жизненного цикла.
Мудрость представляет собой умение согласовывать множество мне-
ний, быть критичным. Поэтому данные пожилые люди оказываются
более пластичными в восприятии собственной старости и приспособ-
ленными к изменяющимся условиям и ситуациям в данный возраст-
ной период.

Некоторые пожилые люди осознают наступление старости в
связи с окончанием своей профессиональной деятельности (A14 –
10%). Спокойное восприятие старости у этих пенсионеров, скорее
всего, связано с тем, что такие люди заранее готовятся к этому собы-
тию (выходу на пенсию) и ведут активный поиск новых путей вклю-
чения в общественную жизнь, планируют свое будущее свободное
время. Восприятие пенсии без особых негативных эмоций может так-
же объясняться освобождением от профессиональных обязанностей и

возможностью занять свое свободное время делами, на которые раньше не хватало времени в силу профессиональной занятости.

Следует отметить, что вся данная группа пожилых людей дает положительную оценку старости и адекватно воспринимает ее как неизбежный процесс.

Непринятие старости (подкатегория А2) подавляющая часть пенсионеров объясняет плохим состоянием здоровья (А21 – 22%). В центре внимания у этих пожилых людей находится забота о собственном здоровье. Фиксация на этом приводит к тому, что пожилые люди выискивают у себя различные болезни, что соответственно негативно сказывается на их отношении к жизни. Осознание того, что здоровье ухудшается с годами, приводит к отрицательному восприятию собственной старости. Но в какой-то степени данное поведение можно объяснить как защитный механизм, который позволяет человеку, рассматривая болезнь, не видеть собственную старость.

Старость в восприятии пожилых людей связана с чувством ненужности и заброшенности (А22 – 11%). Скорее всего, эти чувства можно объяснить несколькими причинами. Первая возможная причина заключается в том, что человек перестает быть нужным самому себе и проецирует эти чувства на окружающих. Вторая причина – это слабость человека. Ему необходимо постоянное подтверждение своей нужности. А с выходом на пенсию у пожилого человека уменьшается количество способов быть нужным и востребованным из-за снижения материального достатка, физических сил, и он всеми способами старается отстранить от себя наступление старости, т. е. не принимает ее.

У некоторых участников исследования непринятие старости объясняется отсутствием поддержки со стороны государства (А23 – 8%). Скорее всего, это связано с тем, что данная часть пожилых людей привыкла быть независимой и самостоятельной, иметь хороший материальный достаток. Оказавшись на попечении государства, эти люди столкнулись со снижением уровня жизни, в связи с чем у них возникло недовольство по отношению к государству, которое не может обеспечить им достойную пенсию, и соответственно негативное

отношение к своей старости. Именно старение рассматривается пенсионерами как причина того, что они не могут жить так, как раньше.

Важным критерием адаптированности является *отношение к прошлому жизненному опыту* (категория Б). Большая часть пожилых людей склонна положительно относиться к собственному жизненному опыту и воспринимать его как неотъемлемую часть своей жизни (Б1 – 84%). Такие люди, оглядев всю свою прошлую жизнь, достойно принимают и оценивают ее как положительно прожитую. У данной категории людей присутствует чувство гордости за свою жизнь. Такой пожилой человек не только работает над смыслами текущей жизни, но и неизбежно осмысливает всю свою жизнь как целое. Плодотворная, здоровая старость неразрывно связана с принятием своего жизненного пути.

Значительно меньшее число опрошенных пенсионеров отрицательно относятся к своему прошлому (Б2 – 16%). Эти пожилые люди считают, что им не удалась собственная жизнь, в чем они винят обстоятельства, окружающих и, конечно, себя. Жизнь кажется прожитой зря, состоящей из отдельных, мало связанных между собой периодов. Поэтому отчаяние и негативные реакции становятся альтернативой целостности и осмысленности жизни.

Нельзя не остановиться на анализе *факторов удовлетворенности жизнью* в пожилом возрасте (категория В). Фактором наибольшей удовлетворенности жизнью является семейное благополучие (В12 – 22%). У этой части пожилых людей смыслом жизни становится семья, которой они отдают все свои силы. Таким людям (в большей части это женщины) некогда скучать, всегда находятся дела и заботы – «приятные хлопоты». Значительная часть опрошенных признают, что испытывают чувство гордости за прожитую жизнь, достижения (В14 – 18%). Среди других причин удовлетворенности жизнью многие пенсионеры отмечают профессиональное благополучие (В11 – 13%). Эти пожилые люди высоко ценят свой прошлый профессиональный опыт и считают его достойным уважения, что дает им чувство целостности. Они рады тому, что были полезны обществу и внесли вклад в его развитие через свою деятельность. И лишь малая часть

опрошенных связывают удовлетворенность с хорошим состоянием здоровья (В13 – 5%).

Неудовлетворенность своей жизнью пожилые люди объясняют плохим материальным положением пенсионеров в стране (В31 – 11%) и смирением с жизнью (В32 – 13%). Эти факторы связаны с оценкой внешних и внутренних условий жизни и обуславливают неудовлетворенность жизнью как суммарное переживание, складывающееся из озабоченности своим ухудшающимся здоровьем, отсутствием поддержки и т.д.

Интересные результаты, опровергающие расхожий стереотип старости, получены по вопросу *взаимодействия пожилых людей с молодежью* (категория Г). Положительное отношение к молодежи свойственно большинству опрошенных (Г21 – 37%). Наряду с положительным отношением к молодому поколению отмечается и отрицательное (Г22 – 9%). Среди факторов, определяющих необходимость передачи опыта молодому поколению, пожилые люди в первую очередь отмечают наставничество (Г12 – 25%). К осознанию значимости передачи своего опыта пришли многие из опрошенных (Г11 – 15%). Примерно такое же число пенсионеров не осознают значимость передачи опыта молодежи (Г13 – 14%). Такие ответы показывают, что, несмотря на распространенный в обществе стереотип о конфликте поколений, большая часть пожилых людей положительно настроена по отношению к молодежи. Возможно, это объясняется тем, что у многих пенсионеров выход на пенсию связан со стремлением передать профессиональный опыт преемникам. Они испытывают тягу к воспитанию нового поколения, наставничеству, желают поделиться с молодежью своим накопленным опытом.

Социальные контакты, осуществляемые пожилыми людьми (категория Д), не отличаются разнообразием. Подавляющее число опрошенных пенсионеров выбирают круг общения, ограниченный семьей (Д2 – 68%). Это объясняется тем, что в данном возрастном периоде увеличивается значимость внутрисемейных контактов. Прекращение работы, уход из жизни некоторых друзей, ограничение физической активности ведут к разрыву связей между человеком и обществом.

Если на предыдущих жизненных рубежах происходило постепенное расширение круга общения, то сейчас, наоборот, наблюдается его сужение. Именно внутрисемейное общение становится важным источником удовлетворения. У некоторых респондентов наблюдается широкий круг общения (Д1 – 17%). Здесь проявляется тенденция углубления связи с окружающими, возникает чувство близости даже с малознакомыми людьми, стремление все больше оказывать помощь и поддержку, желание находиться в кругу происходящих процессов, что положительно сказывается на личности пожилого человека. И наконец, часть пенсионеров предпочитает одиночество (Д3 – 15%). Таким пожилым людям присуща нехватка навыков общения. Приспосабливаясь к одиночеству, они удовлетворяются лишь поверхностными формами общения. Узкий круг дружеских связей является источником отрицательных эмоциональных состояний и отношения к жизни в целом.

Еще один важный показатель адаптированности – сформированность *личных планов и перспектив* пожилых людей (категория Е). У значительной части пенсионеров наблюдается отсутствие планов и перспектив на будущее (Е6 – 33%). Большая часть людей данного возраста связывает будущие планы с поправкой или сохранением своего здоровья (Е5 – 23%). Почти столько же респондентов нацелены уделять внимание своей семье (Е1 – 22%). Некоторые пожилые люди стремятся больше времени в будущем посвятить своему досугу (Е2 – 9%). Также среди планов на будущее часть опрошенных назвали улучшение своего материального положения (Е4 – 8%), а некоторые, возможно в связи с этим, готовы продолжить свою профессиональную деятельность (Е3 – 5%). Отсутствие планов на будущее пожилые люди связывают с нестабильностью современного общества. Многие пенсионеры боятся строить планы в быстро меняющихся условиях. Респонденты предпочитают, как они сами говорят, «жить сегодняшним днем, а не строить планы».

Сравнительный анализ восприятия ситуации адаптации к старости мужчин и женщин показал, что мужчины значительно чаще называют такие признаки старости, как окончание профессиональной

деятельности (A14, $p < 0,001$) и плохое состояние здоровья (A21, $p < 0,05$). Кроме того, они более склонны рефлексировать по поводу своего взаимодействия с молодежью (Г, $p < 0,01$) и в их анкетах зафиксировано большее количество оценочных суждений в адрес младших поколений (Г2, $p < 0,05$). По остальным категориям анализа гендерных различий не было выявлено.

Индивидуально-типологический анализ стратегий адаптации к старости у пенсионеров осуществлялся путем соотнесения ответов анкеты с составленной нами и описанной выше классификацией стратегий адаптации к старости. Большая часть выборки пожилых людей реализует адаптивный тип стратегий к старости (58%), креативный тип выбирают 19% и дезадаптивный тип – 23% участников исследования. Как показывают эти данные, практически каждый четвертый пенсионер дезадаптирован, испытывает сложности в реализации своей жизненной стратегии в изменившихся условиях жизни. Дезадаптивные стратегии адаптации к старости были выявлены у пожилых людей, которые не осознают наступление своей старости, не принимают ее, отрицают свой прошлый жизненный опыт. Такие респонденты предпочитают одиночество, они не удовлетворены своей жизнью из-за плохого материального положения, а некоторые просто смирились со своей жизнью. Данная часть пожилых людей проявляет отрицательное отношение к молодежи и считает незначимой передачу свой опыта. У них отсутствуют перспективы и планы на будущее. Именно они в первую очередь нуждаются в психологическом сопровождении, компетентной социальной помощи и поддержке.

Таким образом, исследование стратегий адаптации к старости у лиц пожилого возраста позволило сделать следующие выводы:

1. На осознание наступления собственной старости прежде всего влияет принятие или непринятие факта своего старения. Важное место среди факторов принятия старости занимают внешние и внутренние изменения, происходящие в организме, а также восприятие старости как следующего этапа жизненного пути. Среди факторов непринятия своей старости ведущее место отдается плохому состоянию здоровья.

2. Большинство пожилых людей принимают свой жизненный опыт и положительно к нему относятся. Жизнь этими респондентами воспринимается целостной, осмысленной и состоящей из связанных между собой периодов.

3. На удовлетворенность пенсионеров своей жизнью наибольшее влияние оказывает семейное благополучие и чувство гордости за прожитую жизнь, а также профессиональное благополучие.

4. Во взаимодействии с молодым поколением пожилые люди проявляют доброжелательное отношение и в основном стремятся к передаче собственного накопленного опыта, к наставничеству.

5. Социальные контакты, осуществляемые данными людьми, в большей степени ограничиваются общением в кругу семьи.

6. Многие участники исследования не имеют личных планов и перспектив на будущее. Другие планируют сохранить здоровье. Некоторые пенсионеры допускают возможность посвящения свободного времени себе и своему досугу. Также опрошенные направлены на улучшение своего материального положения, и, возможно, с этим связано желание продолжать профессиональную деятельность.

7. Индивидуально-типологический анализ стратегий адаптации к старости показал, что ведущим типом стратегий, реализуемых пожилыми людьми, является адаптивный, но в то же время каждый четвертый пенсионер демонстрирует признаки дезадаптации.

2.5. Психологические особенности позднего этапа профессионализации

В рамках данного исследования под профессионализацией понимается включенность человека в профессиональную деятельность, его функционирование в профессиональной среде, под поздним этапом профессионализации – период профессиональной деятельности человека после достижения им пожилого возраста и обретения статуса пенсионера. Объектом нашего исследования выступают пожилые люди – субъекты профессиональной деятельности (работающие пенсионеры). Всего в исследовании приняли участие 44 работающих пен-

сионера производственной сферы – рабочие (68%) и инженерно-технические работники (32%) одного из цехов ОАО «Уралмашзавод» в возрасте от 51 года до 67 лет, со стажем работы на пенсии от 1 года до 25 лет (часть работников приобрели статус пенсионера в 50 лет), мужчины и женщины (по 50%).

С целью изучения психологических особенностей позднего этапа профессионализации нами была сконструирована биографическая анкета – «Анкета работающего пенсионера» (прил. 3). При выборе биографического метода исследования мы исходили из предположения, что именно методики этого класса позволяют отследить не только объективные характеристики рассматриваемого этапа профессионализации, но и субъективную картину процесса профессионализации – восприятие пожилыми работниками своей профессиональной деятельности и себя в условиях продолжения работы в пенсионном возрасте. «Анкета работающего пенсионера» включает в себя шесть тематических блоков: причины продолжения работы на пенсии, удовлетворенность работой, трудности и способы их преодоления, оценка профессиональной деятельности, возраст сотрудников, личные и профессиональные перспективы.

В качестве метода обработки анкет использовался контент-анализ. Были выделены следующие категории: А – факторы продолжения пенсионерами своей профессиональной деятельности; Б – факторы удовлетворенности трудом; В – трудности в профессиональной деятельности; Г – стратегии преодоления трудностей; Д – профессиональная самооценка работающих пенсионеров; Е – возрастной фактор в сфере профессиональных отношений; Ж – личные и профессиональные перспективы. Перечень кодировочных категорий контент-анализа и их процентная представленность приведены ниже.

Кодировочные категории характеристик позднего этапа профессионализации

1. Категория А – факторы, обуславливающие продолжение пенсионерами профессиональной деятельности:

- А1 – объективные (42%):

А11 – социально-экономические факторы (40%);

- A12 – фактор отсутствия молодых специалистов (2%);
- A2 – субъективные (58%):
 - A21 – выраженная профессиональная идентичность (7%);
 - A22 – наличие авторитета в коллективе (2%);
 - A23 – неприятие «пенсионного» статуса (10%);
 - A24 – уверенность в собственной полезности для предприятия (9%);
 - A25 – наличие дружеских связей с коллегами (12%);
 - A26 – потребность в защищенности, стабильности (14%);
 - A27 – отсутствие другой сферы самореализации (4%).

2. Категория Б – факторы, обуславливающие удовлетворенность трудом:

- Б1 – увлеченность процессом труда (10%);
- Б2 – благоприятный социально-психологический климат (47%);
- Б3 – высокий уровень освоения профессиональных обязанностей (4%);
- Б4 – поддержание хорошей физической формы (3%);
- Б5 – гордость за результаты труда (21%);
- Б6 – возможность находить применение своему опыту, знаниям (4%);
- Б7 – внимание со стороны руководства (3%);
- Б8 – организация и условия труда (4%);
- Б9 – отсутствие осознаваемых положительных сторон профессиональной деятельности (4%).

3. Категория В – трудности в профессиональной деятельности:

- В1 – объективные (84%):
 - В11 – тяжелые условия труда (11%);
 - В12 – плохая материальная обеспеченность производства (23%);
 - В13 – большой объем профессиональных обязанностей (6%);
 - В14 – неорганизованность рабочего процесса (18%);
 - В15 – бюрократизм (6%);

- V16 – отсутствие заботы со стороны руководства (6%);
- V17 – несправедливость оплаты труда (6%);
- V18 – непрофессионализм других работников (8%);
- B2 – субъективные (16%):
 - B21 – плохое состояние здоровья (3%);
 - B22 – собственные ошибки в работе, брак (2%);
 - B23 – ограниченность собственных полномочий (3%);
 - B24 – трудности в адаптации к новому (2%);
 - B25 – отсутствие осознаваемых трудностей (6%).
- 4. Категория Г – стратегии преодоления трудностей:
 - Г1 – конструктивные (85%):
 - Г11 – самостоятельное решение проблемы (30%);
 - Г12 – обращение за содействием к руководству (7%);
 - Г13 – обращение за помощью к коллегам (13%);
 - Г14 – восприятие ситуации с юмором, оптимизмом (4%);
 - Г15 – осознание собственного опыта как гарантии преодоления трудностей (31%);
 - Г2 – неконструктивные (15%):
 - Г21 – открытое эмоциональное реагирование (4%);
 - Г22 – приспособление к проблемной ситуации (7%);
 - Г23 – снижение субъективной значимости проблемы (4%).
- 5. Категория Д – профессиональная самооценка:
 - Д1 – уровень профессиональной самооценки (34%):
 - Д11 – высокая самооценка (29%);
 - Д12 – средняя самооценка (5%);
 - Д2 – восприятие оценки со стороны руководства (18%):
 - Д21 – адекватная оценка со стороны руководства (9%);
 - Д22 – недооценивание руководством (9%);
 - Д3 – факторы формирования профессиональной самооценки (48%):
 - Д31 – формальные характеристики (стаж, награды) (8%);
 - Д32 – отзывы руководства (13%);
 - Д33 – собственный эталон профессиональной деятельности (8%);

Д34 – выполнение трудовых нормативов, показателей (8%);

Д35 – затруднение в оценивании собственной профессиональной деятельности (11%).

6. Категория Е – возрастной фактор в сфере профессиональных отношений:

- Е1 – осознаваемые преимущества специалистов молодого возраста (13%):

- Е11 – физическая сила (4%);

- Е12 – наличие новых знаний (5%);

- Е13 – общительность (2%);

- Е14 – готовность к профессиональному диалогу (2%);

- Е2 – осознаваемые недостатки специалистов молодого возраста (10%):

- Е21 – отсутствие опыта (5%);

- Е22 – нежелание идти на профессиональный диалог (4%);

- Е23 – приоритет семейной сферы над профессиональной (1%);

- Е3 – осознаваемые преимущества специалистов старшего возраста (12%):

- Е31 – близость взглядов, интересов (4%);

- Е32 – ответственность (4%);

- Е33 – опытность (4%);

- Е4 – осознаваемые недостатки специалистов старшего возраста (4%):

- Е41 – профессиональная усталость, равнодушие к работе (2%);

- Е42 – алкогольная зависимость (2%);

- Е5 – осознаваемые значимые характеристики профессионала, не зависящие от возраста (33%):

- Е51 – высокая квалификация (9%);

- Е52 – добросовестное отношение к работе (11%);

- Е53 – умение устанавливать профессиональный диалог (4%);

Е54 – ответственность (5%);

Е55 – большой опыт (4%);

- Е6 – осознание незначимости возрастного фактора в профессиональной сфере (29%).

7. Категория Ж – профессиональные и личные перспективы:

- Ж1 – продолжение профессиональной деятельности в течение определенного длительного времени (13%);
- Ж2 – продолжение профессиональной деятельности в течение неопределенного времени (55%);
- Ж3 – завершение профессиональной деятельности в скором времени (3%);
- Ж4 – освоение новых видов деятельности, технологий (3%);
- Ж5 – обучение молодых специалистов, наставничество (8%);
- Ж6 – желание в будущем уделять время семье и досугу (18%).

Анализ результатов исследования особенностей позднего этапа профессионализации осуществлялся по двум направлениям: 1) анализ уровня выраженности характеристик позднего этапа профессионализации и их взаимосвязей; 2) анализ достоверности различий характеристик позднего этапа профессионализации между подвыборками мужчин и женщин, а также мастеров и рабочих.

С наибольшей легкостью работающие пенсионеры актуализируют суждения, касающиеся причин продолжения ими профессиональной деятельности (категория А – 21%). Определенные сложности связаны с описанием стратегий преодоления профессиональных трудностей (категория Г – 12%) и роли возрастного фактора в профессиональной сфере (категория Е – 11%).

Продолжение пенсионерами профессиональной деятельности обусловлено как объективными (42%), так и субъективными (58%) факторами. Для подавляющего большинства пенсионеров объективным фактором продолжения профессиональной деятельности являются причины социально-экономического характера (А11 – 40%). Незначительная часть опрошенных говорит о дефиците молодых спе-

циалистов как о причине продолжения работы пожилыми людьми (A12 – 2%).

Многие наряду с объективными называют и субъективные причины продолжения работы. Наибольшую значимость, по мнению пенсионеров, работа имеет с точки зрения стабильности и независимости, которые она позволяет сохранять в пожилом возрасте (A26 – 14%), а также с точки зрения дружеских связей с коллегами (A25 – 12%). Некоторые пожилые люди демонстрируют неприятие пенсионного статуса, т.е. характеризуют себя как достаточно молодых и активных людей, а потому выход на пенсию считают для себя преждевременным (A23 – 10%). Корреляционный анализ показывает, что данные респонденты – действительно наиболее молодая часть выборки (корреляционная взаимосвязь подкатегорий «возраст» и A23 на уровне значимости $p < 0,05$). Примерно такое же количество человек уверены в собственной нужности и полезности для организации, в которой они работают, что также снижает актуальность проблемы завершения профессиональной деятельности (A24 – 9%). Продолжение пожилыми людьми профессиональной деятельности в ряде случаев является следствием высокой субъективной ценности профессиональной роли и поведения, которое с ней связано. Часть опрошенных пенсионеров отмечают, что работа занимает важнейшее место в их жизни и они не представляют себя вне своей работы (A21 – 7%). К этой подкатегории относятся в основном мастера и инженерно-технические работники ($p < 0,05$). Те же респонденты говорят о своей авторитетности в коллективе как о причине продолжения работы (A22 – 2%). Корреляционный анализ позволил выявить следующие взаимосвязи. В собственной нужности для организации уверены сотрудники: 1) пользующиеся авторитетом ($p < 0,05$); 2) демонстрирующие неприятие пенсионного статуса ($p < 0,05$). Ответы некоторых пенсионеров позволяют говорить об отсутствии у них другой значимой сферы самореализации, кроме работы (A27 – 4%).

Среди *факторов удовлетворенности пенсионеров трудом* (категория Б) первое место занимает благоприятный социально-психологический климат в рабочем коллективе (Б2 – 47%). Значительная часть опрошенных признают, что испытывают радость, достигая высоких профессиональных результатов (Б5 – 21%). Впрочем,

собственно процесс труда также может быть фактором удовлетворенности (Б1 – 10%). Среди других причин удовлетворенности трудом пожилые работники отмечают возможность поддерживать хорошую физическую форму (Б4 – 3%), находить применение своему опыту и знаниям (Б6 – 4%), высокий уровень освоения профессиональных обязанностей – «привычность» работы (Б3 – 4%), внимание со стороны руководства (Б7 – 3%), а также уровень организации и условий труда (Б8 – 4%). Часть ответов демонстрирует отсутствие осознаваемых респондентами положительных сторон своей профессиональной деятельности (Б9 – 4%).

Корреляционный анализ позволил выявить, что в целом удовлетворенность трудом испытывают те пожилые люди, которые имеют дружеские связи в трудовом коллективе (корреляционная взаимосвязь подкатегорий Б и А25 на уровне значимости $p < 0,05$). Гордость за достигнутые результаты чаще всего испытывают люди, пользующиеся авторитетом в коллективе (Б5 и А22, $p < 0,01$). Работники, считающие собственную работу нужной для организации, как правило, довольны степенью внимания со стороны руководства (А24 и Б7, $p < 0,05$).

Соотношение *трудностей в профессиональной деятельности*, отмеченных в анкетах работающих пенсионеров (категория В), следующее: в большей степени пенсионеры склонны указывать трудности объективного характера (В1 – 84%); кроме того, 6% опрошенных отмечают полное отсутствие в их деятельности каких-либо трудностей (подкатегория В25), что можно объяснить либо недостатком навыков рефлексии, либо неискренностью ответов.

Среди отмеченных пожилыми работниками трудностей на первый план выходят слабая материальная обеспеченность производства (В12 – 23%), неорганизованность рабочего процесса (В14 – 18%), тяжелые и вредные условия труда (В11 – 11%). Эти трудности можно считать традиционными для российских промышленных предприятий, масштабы которых отрицательно сказываются на материальной оснащенности производства и согласованности функционирования различных подразделений.

В ряду объективных трудностей отмечаются также непрофессионализм других работников (В18 – 8%), большой объем профессиональных обязанностей отдельных респондентов (В13 – 6%), бюро-

кратизм (B15 – 6%), отсутствие содействия со стороны руководства (B16 – 6%), а также несправедливость оплаты труда (B17 – 6%).

Описание субъективных трудностей встречается в анкетах работающих пенсионеров значительно реже (B2 – 16%). Среди них – плохое состояние здоровья (B21 – 3%), собственные ошибки в работе, брак (B22 – 2%), ограниченность своих полномочий (B23 – 3%) и сложности в адаптации к чему-либо новому (B24 – 2%).

Корреляционный анализ позволил выявить ряд интересных взаимосвязей. Так, работники, имеющие большой объем профессиональных обязанностей, испытывают удовлетворение от применения своих способностей в труде (корреляционная взаимосвязь подкатегорий B13 и Б6 на уровне значимости $p < 0,01$). Отсутствие осознаваемых положительных сторон профессиональной деятельности склонны демонстрировать следующие категории работников: 1) имеющие большой объем профессиональных обязанностей ($p < 0,01$); 2) сталкивающиеся с плохой материальной обеспеченностью производственного процесса ($p < 0,05$); 3) испытывающие недостаток содействия со стороны руководства ($p < 0,01$). Кроме того, работники с большим объемом профессиональных обязанностей считают, что их труд недостаточно высоко вознаграждается (B13 и B17, $p < 0,05$).

Выявлена также обратная взаимосвязь возраста и восприятия размера оплаты труда: более молодые работники склонны считать свой заработок несправедливо низким ($p < 0,05$). Работники, пользующиеся авторитетом в коллективе, также считают вознаграждение за свой труд несправедливым ($p < 0,01$).

Тяжесть условий труда отмечают в основном женщины ($p < 0,01$). С плохой материальной обеспеченностью производства сталкиваются чаще всего рабочие ($p < 0,01$). О субъективных трудностях, причиной которых становятся собственные ошибки, упоминают работники, испытывающие удовлетворенность непосредственно от рабочего процесса ($p < 0,01$).

В процессе контент-анализа *стратегий преодоления трудностей в профессиональной деятельности*, реализуемых пожилыми работниками (категория Г), было выделено 5 конструктивных стратегий и 3 неконструктивные. В основном работающие пенсионеры прибегают к конструктивным стратегиям (Г1 – 85%).

Наиболее популярная стратегия преодоления трудностей – самостоятельное решение проблемы (Г11 – 30%). Кроме того, в качестве своеобразной стратегии преодоления трудностей каждый третий работающий пенсионер упоминает собственный опыт (Г15 – 31%). В данном случае под опытом, видимо, следует понимать обширные и устойчивые знания и способы действий, которые позволяют пожилому работнику решать самые разнообразные проблемные ситуации. Осознание собственной опытности сообщает работнику уверенность в преодолении любой имеющейся или потенциальной профессиональной трудности. Среди других стратегий преодоления трудностей респонденты называют обращение за помощью к коллегам (Г13 – 13%), обращение за содействием к руководству (Г12 – 7%), а также восприятие проблемной ситуации с юмором, оптимизмом (Г14 – 4%).

К числу неконструктивных стратегий относятся следующие: открытое эмоциональное реагирование (Г21 – 4%), приспособление к проблемной ситуации (Г22 – 7%) и снижение значимости проблемы (Г23 – 4%). Отметим, что в данном случае деление стратегий на конструктивные и неконструктивные отчасти условно. Если считать конструктивной ту стратегию, которая ведет к достижению желаемого (полезного) результата, то такая стратегия, как открытое эмоциональное реагирование, в ряде случаев оказывается более действенной, чем стратегия восприятия проблемной ситуации с юмором и оптимизмом (по сути являющаяся приспособлением к проблемной ситуации). Часть респондентов, использующих неконструктивные стратегии, ссылаются именно на их действенность. В некоторых исследованиях профессионализации просматривается тенденция авторов определять конструктивные стратегии как стратегии проявления активности, а неконструктивные – как бездействие субъекта, его подчинение внешним условиям (Н.С. Глуханюк, 2000).

Корреляционный анализ позволил выявить типичные стратегии преодоления некоторых из вышеперечисленных трудностей. Работники, допускающие ошибки при выполнении профессиональных обязанностей (брак), самостоятельно их исправляют (корреляционная взаимосвязь подкатегорий В22 и Г11 на уровне значимости $p < 0,05$). Ограниченность полномочий работника заставляет его обращаться за содействием к руководству (В23 и Г12, $p < 0,01$). Неорганизованность

производственного процесса ведет к использованию неконструктивной стратегии приспособления к проблемной ситуации (В14 и Г22, $p < 0,01$). Снижение пожилым работником субъективной значимости проблемы может быть обусловлено несправедливостью оплаты труда ($p < 0,01$) или сложностями в адаптации к чему-либо новому ($p < 0,01$). Открытое эмоциональное реагирование может быть следствием целого ряда трудностей: 1) непрофессионализма других работников ($p < 0,01$); 2) собственных ошибок и брака ($p < 0,05$); 3) сложностей в адаптации к новому ($p < 0,05$); 4) тяжелых условий труда ($p < 0,05$).

В целом применение неконструктивных стратегий порождается в первую очередь неорганизованностью производственного процесса (Г2 и В14, $p < 0,01$). Такое явление, как бюрократизм, преодолевается исключительно с помощью конструктивных стратегий (Г1 и В15, $p < 0,01$). Было выявлено также, что работники, имеющие друзей среди своих коллег, чаще прибегают к конструктивным стратегиям в целом (Г1 и А25, $p < 0,01$), а из числа этих стратегий – к обращению за помощью к сослуживцам (Г13 и А25, $p < 0,01$).

Те работающие пенсионеры, которым свойственно испытывать гордость за результаты труда, в качестве стратегии преодоления трудностей выбирают самостоятельное решение проблемы (Б5 и Г11, $p < 0,01$). Работники, отмечающие высокий уровень внимания со стороны руководства, чаще других обращаются за содействием к руководителям (Б7 и Г12, $p < 0,01$). Обнаружена взаимосвязь между применением конструктивных стратегий и общей удовлетворенностью трудом (Б и Г1, $p < 0,01$), между полом и стратегией самостоятельного решения проблемы: ее чаще используют мужчины ($p < 0,01$), а также между профессиональной принадлежностью и использованием конструктивных стратегий: конструктивными стратегиями пользуются в основном мастера и ИТР ($p < 0,01$).

Респонденты *оценивали собственную профессиональную деятельность* (категория Д) как прямо (Д1 – 34%), так и косвенно, ссылаясь на оценку руководства (Д2 – 18%). Кроме того, контент-анализ ответов позволил выявить факторы формирования профессиональной самооценки работающих пенсионеров (Д3 – 37%). Затруднились как-либо оценить свою профессиональную деятельность 11% опрошенных (Д35).

Значительное число работающих пенсионеров оценивает свою профессиональную деятельность высоко (Д11 – 29%), а 5% респондентов дают среднюю оценку своей профессиональной деятельности (Д12). Некоторые пожилые работники наряду с собственной оценкой своей деятельности приводят оценку руководителей. Из числа тех, кто ориентируется на мнение руководства, часть пенсионеров считают оценку руководителей адекватной уровню их профессионализма (Д21 – 9%) и такое же количество работников уверены, что руководство их недооценивает (Д22 – 9%).

Факторами формирования профессиональной самооценки работающих пенсионеров являются формальные характеристики: стаж, звания, награды (Д31 – 8%), собственный эталон профессиональной деятельности (Д33 – 8%), выполнение трудовых нормативов – повседневных трудовых задач (Д34 – 8%); наиболее значимым фактором формирования профессиональной самооценки является отзыв руководства (Д32 – 13%).

Корреляционный анализ позволил выявить взаимосвязи особенностей профессиональной самооценки работающих пенсионеров с другими характеристиками позднего этапа профессионализации. Так, работники, высоко оценивающие свою профессиональную деятельность, уверены в собственной нужности для предприятия (корреляционная взаимосвязь подкатегорий Д11 и А24 на уровне значимости $p < 0,05$). Кроме того, они демонстрируют высокий уровень освоения профессиональных обязанностей (Д11 и Б3, $p < 0,05$). Пенсионеры, оценивающие свою профессиональную деятельность на среднем уровне, отмечают отсутствие фактора удовлетворенности трудом (Д12 и Б9, $p < 0,05$), а также отсутствие содействия со стороны руководства (Д12 и В16, $p < 0,01$).

Осознание работником собственной нужности не зависит от характера оценки руководителя: и адекватно оцениваемые руководством работники, и недооцениваемые им демонстрируют уверенность в собственной значимости (Д21, Д22 и А24, $p < 0,05$). В то же время внимание со стороны руководства связано с высокой профессиональной самооценкой работника (Б7 и Д11, $p < 0,05$). Пожилые люди, пользующиеся авторитетом в трудовом коллективе, также склонны считать, что руководство их недооценивает (Д22 и А22, $p < 0,05$).

Работники, полагающие, что руководство их недооценивает, уверены, что их труд вознаграждается несправедливо (Д22 и В17, $p < 0,01$). Восприятие оценки со стороны руководства как адекватной связано с обращением работника за содействием к руководителю (Д21 и Г12, $p < 0,01$).

Формирование профессиональной самооценки на основе собственного эталона деятельности имеет место у работников, увлеченных процессом труда ($p < 0,01$), а также достигших высокой степени освоения профессиональных обязанностей ($p < 0,05$).

Эксплицированные в анкетах суждения, касающиеся *осознания роли возрастного фактора в профессиональной сфере* (категория Е), разделены нами на несколько подкатегорий: осознаваемые преимущества молодых сотрудников (Е1 – 13%), недостатки молодых сотрудников (Е2 – 10%), преимущества пожилых сотрудников (Е3 – 12%), недостатки пожилых сотрудников (Е4 – 4%), а также важные характеристики профессионала любого возраста (Е5 – 33%). Значительная часть работающих пенсионеров отмечают незначимость возрастного фактора в профессиональной сфере (Е6 – 28%).

Среди достоинств молодых сотрудников пенсионеры отмечают физическую силу (Е11 – 4%), наличие новых знаний (Е12 – 5%), коммуникабельность (Е13 – 2%) и готовность к профессиональному диалогу (Е14 – 2%). Среди недостатков молодых специалистов фигурируют отсутствие опыта (Е21 – 5%), нежелание идти на профессиональный диалог (Е22 – 4%) и приоритет семейной сферы над профессиональной (Е23 – 1%). К достоинствам сотрудников старшего возраста относятся ответственность (Е32 – 4%), близость взглядов (Е31 – 4%) и опытность (Е33 – 4%). Недостатки работающих пенсионеров – усталость, равнодушие к работе (Е41 – 2%), а также алкогольная зависимость (Е42 – 2%).

Если количество преимуществ молодых и пожилых сотрудников примерно равное (отметили 13 и 12% участников исследования соответственно), то с точки зрения недостатков молодежь предстает в глазах работающих пенсионеров в менее выгодном свете, чем ровесники респондентов (10 и 4%). Профессионал, по мнению работающих пенсионеров, должен обладать следующими качествами: высокой квалификацией (Е51 – 9%), добросовестным отношением к работе (Е52 –

11%), умением устанавливать профессиональный диалог (Е53 – 4%), ответственностью (Е54 – 5%) и большим опытом (Е55 – 4%). Большинство опрошенных пенсионеров подчеркнули, что присутствие любого из этих качеств не определяется возрастом специалиста.

Корреляционный анализ позволил выявить некоторые взаимосвязи. Так, о достоинствах молодых сотрудников упоминают те работающие пенсионеры, которые пользуются авторитетом в коллективе (корреляционная взаимосвязь подкатегорий Е1 и А22 на уровне значимости $p < 0,01$) или уверены в собственной нужности для организации (Е1 и А24, $p < 0,05$). Недостатки молодых специалистов упоминают в первую очередь те пожилые работники, которым свойственно неприятие пенсионного статуса (Е2 и А23, $p < 0,01$). О достоинствах сотрудников старшего возраста склонны упоминать пожилые работники, не имеющие другой значимой сферы самореализации, помимо профессиональной (Е3 и А27, $p < 0,01$). Недостатки пожилых работников эксплицированы в анкетах тех респондентов, которые дают себе высокую оценку как профессионалу (Е4 и Д11, $p < 0,05$). Выявлено также, что пожилые работники, упоминающие о достоинствах молодых, в целом испытывают удовлетворенность трудом (Е1 и Б, $p < 0,05$). А такое преимущество некоторых молодых специалистов, как наличие новых знаний, кажется существенным тем работающим пенсионерам, в анкетах которых упоминаются самые разнообразные профессиональные трудности (Е12 и В, $p < 0,05$).

Содержание личных и профессиональных перспектив работающих пенсионеров (категория Ж) более чем в половине случаев характеризуется неопределенностью (Ж2 – 55%). В данном случае продолжительность профессиональной деятельности всеми респондентами ставится в зависимость от состояния собственного здоровья. Часть пожилых работников намерены продолжать работу в течение длительного времени, но уже планируют возраст выхода на пенсию (Ж1 – 13%). Незначительная часть пенсионеров планируют завершить профессиональную деятельность в скором времени (Ж3 – 3%). В будущем некоторые работающие пенсионеры допускают возможность перехода к наставнической деятельности (Ж5 – 8%), а часть респондентов выражают готовность к освоению в будущем новых технологий или оборудования (Ж4 – 3%). Среди пожилых работников 18%

отмечают значимость в своей жизни различных внепрофессиональных сфер: семьи, внуков, разнообразных форм досуга, общения с природой (Ж6).

Корреляционный анализ позволил выявить, что скорый уход из профессиональной деятельности планируют следующие категории пенсионеров: 1) обладающие плохим состоянием здоровья (корреляционная взаимосвязь подкатегорий Ж3 и В21 на уровне значимости $p < 0,01$); 2) отмечающие отсутствие содействия руководства (Ж3 и В16, $p < 0,01$); 3) считающие, что руководство их недооценивает (Ж3 и Д22, $p < 0,05$); 4) испытывающие профессиональные трудности субъективного характера (Ж3 и В2, $p < 0,05$). Пожилые работники, выражающие готовность осваивать новое, характеризуются также уверенностью в собственной нужности для организации (Ж4 и А24, $p < 0,05$), преодолением трудностей путем самостоятельного решения проблем (Ж4 и Г11, $p < 0,05$), а кроме того, сталкиваются с плохой материальной обеспеченностью производства (Ж4 и В12, $p < 0,01$). Работающие пенсионеры, отмечающие дефицит молодых сотрудников в организации, выражают готовность заниматься в будущем наставнической деятельностью (Ж5 и А12, $p < 0,01$).

Для изучения характера различий особенностей позднего этапа профессионализации сопоставлялись результаты мужчин и женщин, а также мастеров и рабочих с помощью непараметрического *U*-критерия Манна–Уитни.

В результате анализа выявлено, что мужчины чаще продолжают работать на пенсии по причине высокой значимости для них собственной профессиональной роли, т. е. выраженной профессиональной идентичности (подкатегория А21, достоверность различий на уровне значимости $p < 0,05$).

Среди факторов удовлетворенности трудом женщины чаще называют увлеченность процессом работы (Б1, $p < 0,05$), а мужчины – гордость за результаты труда (Б5, $p < 0,05$). Женщинам, в отличие от мужчин, свойственно испытывать трудности, связанные с тяжелыми условиями труда (В11, $p < 0,01$). Одну из конструктивных стратегий преодоления трудностей – самостоятельное решение проблемы – реализуют чаще всего мужчины (Г11, $p < 0,01$). Среднюю оценку себе как профессионалам дают, как правило, мужчины (Д12, $p < 0,05$), они же

считают, что руководство оценивает их работу адекватно (Д21, $p < 0,05$). Женщины, наоборот, склонны воспринимать оценку со стороны руководства как недостаточно высокую (Д22, $p < 0,05$).

Ниже мы рассмотрим достоверные различия между подвыборками мастеров и рабочих.

В результате анализа выявлено, что работать на пенсии по причине высокой значимости профессиональной роли (выраженной профессиональной идентичности) продолжают чаще всего мастера (подкатегория А21, достоверность различий на уровне значимости $p < 0,05$). Они же в большей степени удовлетворены вниманием со стороны руководства (Б7, $p < 0,05$). Достоверные различия в отношении профессиональных трудностей заключаются в следующем: рабочие отмечают неорганизованность производственного процесса (В14, $p < 0,01$), мастера – бюрократизм (В15, $p < 0,01$). Кроме того, мастера демонстрируют осознание преимущества пожилых работников над молодыми с точки зрения ответственности (Е32, $p < 0,05$), а среди значимых характеристик профессионала такая характеристика, как опытность, упоминается только мастерами (Е55, $p < 0,05$). Еще одно достоверное различие между мастерами и рабочими касается использования стратегий преодоления трудностей. В анкетах рабочих те или иные стратегии упоминаются чаще, чем в анкетах мастеров (Г, $p < 0,05$).

Исследование психологических особенностей позднего этапа профессионализации позволило сделать следующие выводы:

1. Продолжение пожилыми людьми профессиональной деятельности после выхода на пенсию обусловлено совокупностью социально-экономических и социально-психологических факторов. Среди социально-психологических факторов ведущее место занимают потребность пожилых людей в социальной защищенности и стабильности, а также наличие дружеских связей с коллегами.

2. На удовлетворенность пожилых работников трудом наибольшее влияние оказывает благоприятный социально-психологический климат, увлеченность процессом труда и чувство гордости за достигаемые результаты.

3. Профессиональные трудности связаны в первую очередь с плохой материальной обеспеченностью производства, неорганизо-

ванностью производственного процесса, а также с тяжелыми условиями труда. С трудностями субъективного характера работающие пенсионеры сталкиваются достаточно редко.

4. Среди стратегий, используемых пожилыми работниками для преодоления профессиональных трудностей, встречаются как конструктивные (они преобладают), так и неконструктивные. Наиболее популярными являются следующие стратегии: самостоятельное решение проблемы и обращение за помощью к коллегам. Многие пенсионеры обнаруживают тенденцию осознания собственного опыта как гарантии преодоления (или отсутствия) трудностей.

5. Профессиональная самооценка работающих пенсионеров определяется рядом факторов, в том числе формальными характеристиками (стажем, наградами) и нормами выработки. Но наибольшую значимость в формировании самооценки пожилого работника имеют отзывы со стороны руководителей. Часть участников исследования воспринимают оценку своего руководства как адекватную, другая часть испытуемых – как заниженную. Тем не менее высокую оценку себе как профессионалу дает каждый третий работающий пенсионер.

6. Возрастной фактор многими участниками исследования рассматривается как не играющий существенной роли в профессиональной сфере. Единство мнений по поводу преимущества той или иной возрастной категории отсутствует: приводятся аргументы в пользу как молодых сотрудников, так и пожилых. Одновременно упоминаются профессиональные недостатки обеих возрастных групп.

7. В результате контент-анализа самоотчетов работающих пенсионеров были выявлены наиболее значимые профессиональные качества, которыми должен обладать работник: высокая квалификация, добросовестное отношение к работе, ответственность, умение устанавливать профессиональный диалог, опытность. Участники исследования подчеркивают, что всеми этими качествами может обладать как молодой, так и пожилой профессионал.

8. Профессиональные перспективы более чем половины работающих пенсионеров носят неопределенный характер. Незначительная часть пожилых работников уже сегодня планирует возраст выхода на пенсию. Некоторые участники исследования допускают возможность освоения в дальнейшем новых обязанностей, трудовых навы-

ков, нового оборудования. Другие высказывают желание и готовность заниматься наставничеством молодых сотрудников. Общей особенностью большинства профессиональных перспектив является их значительная временная протяженность, отражающая намерение пожилых работников продолжать свою профессиональную деятельность.

9. Некоторые характеристики позднего этапа профессионализации имеют ряд особенностей, связанных с гендерной или профессиональной принадлежностью участников исследования. Так, вышедшим на пенсию женщинам сложнее справляться с работой в условиях промышленного производства, они чаще высказывают неудовлетворенность трудом и желание завершить свою профессиональную деятельность. Мужчины в большей степени удовлетворены своей работой и не намерены оставлять ее в ближайшем будущем. Мужчины, занимающие руководящие должности, демонстрируют наибольшую приверженность к профессиональной деятельности, значительную удовлетворенность ею, а кроме того, они высоко оценивают работу молодых коллег и подчиненных.

Полученные результаты позволяют дать разностороннее описание позднего этапа профессионализации. Как отмечалось ранее, профессиональная деятельность пенсионеров крайне редко становилась предметом специальных исследований, и полученный нами материал, отражающий ее особенности в условиях современного промышленного предприятия, представляет интерес как для психологической науки, так и для практики.

Цикл проведенных эмпирических исследований продемонстрировал ряд интересных и в чем-то даже противоречивых тенденций в формировании готовности к освоению возрастно-временных изменений, связанных с возрастом, полом, профессиональной принадлежностью, индивидуально-психологическими свойствами. Обозначим основные выводы, сделанные на основании результатов исследований и намечающие траектории дальнейшей научно-исследовательской и практической работы в изучении геронтопсихологических феноменов.

1. Готовность к освоению возрастно-временных изменений подвержена возрастной динамике, и это касается как уровня выраженности, так и структуры готовности. При этом составляющие готовности

развиваются с течением времени неравномерно, линейной зависимости от возраста не наблюдается, динамика значительно более сложная. Отношение к старению (аффективный уровень готовности) наименее подвержено влиянию возраста. Особенности готовности в определенной степени обуславливаются индивидуально-психологическими свойствами, однако комплекс этих свойств и направленность влияния также подвержены действию возрастного фактора.

2. Представления о старости и стариках, как и готовность к старению, изменяются с возрастом, однако характер этих изменений однозначный: они усложняются, дифференцируются и приобретают эмоциональную окраску. Во втором периоде зрелости начинается дифференциация людей по типу отношения к старости.

3. В молодости и зрелости существует больше гендерных различий в восприятии старения, чем в пожилом возрасте и старости. Полученные результаты еще раз демонстрируют амбивалентность распространённых гендерных и возрастных стереотипов: отдельные представления эмпирически подтверждаются, другие не имеют под собой реальной почвы и могут быть истолкованы как укоренившиеся в обыденном сознании заблуждения.

4. Готовность к старости и ее восприятие имеют специфику у представителей разных профессий. Пока исследованиями в этом направлении охвачены только две профессиональные группы: медики и экономисты, однако рискнем предположить, что отмеченная тенденция подтвердится и в дальнейших, более развернутых исследованиях.

5. Исследования восприятия пожилыми людьми своего жизненного пути в контексте готовности к возрастным изменениям показали достаточно парадоксальные результаты, свидетельствующие о незначительной связи двух названных феноменов, которые обсуждались в п. 2.3.5. Мы рассмотрели разные варианты объяснения этого факта, и данное направление работы выделяем как приоритетное.

6. Профессиональная деятельность в пенсионном возрасте играет двойственную роль в освоении нового жизненного этапа: работающие педагоги в большей степени удовлетворены жизнью, чем их отошедшие от дел коллеги, однако в психологическом плане они менее готовы принимать и осваивать свой возраст.

7. Большинство пожилых людей реализуют достаточно благополучный адаптивный тип приспособления к старости, каждый пятый пенсионер – креативный тип, а каждый четвертый демонстрирует признаки дезадаптации. Результаты исследования адаптации пожилых людей к возрасту важны, во-первых, как попытка эмпирической верификации одной из типологий старости и, во-вторых, как достаточно обширная информационная основа для работы с пожилыми людьми.

8. Исследование психологических особенностей позднего этапа профессионализации на примере сферы производства позволило выявить ряд интересных для геронтопсихологии и организационной психологии фактов, касающихся факторов продолжения трудовой деятельности на пенсии, источников удовлетворенности трудом, основных трудностей, планов на будущее. Разработанную схему предполагается апробировать и в других сферах профессиональной деятельности.

Заключение

Старение и старость – не новые феномены как для психологии, так и для других наук о человеке, не говоря уже об обыденном сознании. Каждый человек в большей или меньшей степени понимает, что такое старость, прогнозирует, чем она окажется для него самого. Сложнее дело обстоит с научным познанием. В монографии представлен обзор подходов к изучению возраста в человекознании и сделана попытка на их основе составить психологическую характеристику старости. К сожалению, ни социальные, ни биологические, ни даже геронтопсихологические исследования не позволяют сегодня ответить на несложные, казалось бы, вопросы. Как человек стареет? Как он относится к этому процессу? Какие психологические изменения с ним происходят? В современной геронтопсихологии слишком мало эмпирических исследований, позволяющих составить целостный психологический портрет человека стареющего.

В книге авторы представили и обсудили результаты цикла собственных эмпирических исследований последних лет, посвященных психологическим особенностям старения и старости. Не все результаты однозначны, многие выявленные тенденции вызывают желание продолжить работу с применением других методов, некоторые факты намечают направления дальнейших исследований. В монографии описаны возрастная динамика готовности к освоению возрастновременных изменений в процессе жизненного пути, связь готовности с индивидуально-психологическими свойствами, возрастная динамика представлений о старости. Это создает информационную основу как для работы специалистов, занимающихся социальной и психологической поддержкой пожилых, так и для самоанализа каждого, кто пытается понять механизмы своего собственного старения – происходящего или будущего, желает достойно подготовиться к старости и продуктивно прожить ее.

Следующий блок исследований связан с восприятием пожилыми людьми своей жизни, поиском путей адаптации к ней. К сожалению, биографические исследования поздних периодов жизненного

пути крайне немногочисленны, неудивительно при этом широкое распространение различных стереотипов стариков не только в массовом сознании, но и среди специалистов – психологов, социальных работников. Проведенное с помощью биографической анкеты исследование стратегий адаптации пожилых людей позволило реализовать типологический подход к старости на практике, а также собрать обширную информацию о восприятии пенсионерами своей жизни. Эта работа, несомненно, будет продолжена в направлении доработки биографической анкеты и расширения круга участников опросов.

Следующие два блока исследований намечают перспективные направления дальнейших поисков. Старение мужчины и женщины – вопрос еще более сложный, чем психологический портрет старости в целом. Любой человек понимает, что это разные процессы, но в чем именно заключаются различия? К сожалению, стереотипы и предрассудки чаще дают ответ на этот вопрос, чем научное геронтопсихологическое знание. Мы выделили некоторые гендерные различия в освоении молодыми и зрелыми людьми будущего старения, однако не выявили различий там, где они ожидались, в частности в отношении к утрате профессиональной деятельности. Думается, что более детальный анализ этого вопроса позволит получить теоретически и практически ценное новое знание, проясняющее гендерную специфику старения.

Старение профессионала – не менее сложный и важный вопрос, чем старение мужчины и женщины. В монографии обсуждены различия в готовности к возрастным изменениям представителей разных профессиональных групп, показана неоднозначная роль профессиональной деятельности в формировании удовлетворенности пенсионера жизнью и его готовности к освоению поздних этапов жизненного пути. Подробно рассмотрены психологические особенности поздних этапов профессионализации на примере работающих пенсионеров производственной сферы. В перспективе это практико-ориентированное направление работы может стать пограничной областью геронтопсихологии и организационной психологии, поскольку дает информационную основу как для понимания психологических

особенностей пожилого возраста, так и для разработки программ психологического сопровождения сотрудников предпенсионного и пенсионного возрастов.

Старение – процесс, который касается (или коснется в будущем) каждого из нас. Психологическая готовность к нему должна быть неотъемлемой частью человеческих взаимоотношений и духовной культуры человека. Мы приглашаем к обсуждению этой проблемы всех, кто заинтересован в освоении возрастно-временных изменений с минимальными психологическими потерями для личности.

Библиографический список

- Абрамова Г.С.* Возрастная психология. М., 1997.
- Абульханова К.А., Березина Т.Н.* Время личности и время жизни. СПб., 2001.
- Абульханова-Славская К.А.* Стратегия жизни. М., 1991.
- Александрова М.Д.* Очерки психофизиологии старения. Л., 1965.
- Александрова М.Д.* Проблемы социальной и психологической геронтологии. Л., 1974.
- Александрова Х.Д.* Возможности диссоциативного опросника (ДИС-В) при изучении особенностей личности пожилых людей // Прикл. психология. 2001. № 1.
- Альперович В.Д.* Геронтология. Старость. Социокультурный портрет. М., 1998.
- Альперович В.Д.* Проблемы старения: Демография, психология, социология. М., 2004.
- Амосов Н.М.* Преодоление старости. М., 1996.
- Ананьев Б.Г.* Некоторые проблемы психологии взрослых. М., 1972.
- Ананьев Б.Г.* О проблемах современного человекознания. М., 1977.
- Ананьев Б.Г.* О системе возрастной психологии // Вопр. психологии. 1957. № 5.
- Ананьев Б.Г.* Человек как предмет познания. Л., 1968.
- Анцыферова Л.И.* Жизненный путь ученого: К 80-летию Х. Томе // Психол. журн. 1995. № 3.
- Анцыферова Л.И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психол. журн. 1994. № 1.
- Анцыферова Л.И.* Новые стадии поздней жизни: время теплой осени или суровой зимы? // Психол. журн. 1994. № 3.
- Анцыферова Л.И.* Поздний период в жизни человека: типы старения и возможности поступательного развития личности // Психол. журн. 1996. № 6.

Анцыферова Л.И. Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» ее бытия // Психол. журн. 1993. № 2.

Анцыферова Л.И. Психология старости: особенности развития личности в период поздней взрослости // Психол. журн. 2001. № 3.

Асмолов А.Г. Толерантное сознание личности. М., 2000.

Асмолов А.Г., Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А. О смыслах понятия «толерантность» // Век толерантности. 2001. Вып. 1–2.

Балтес П.Б. Всевозрастной подход в психологии развития: исследование динамики подъемов и спадов на протяжении жизни // Психол. журн. 1994. № 1.

Баттерворт Дж., Харрис М. Принципы психологии развития. М., 2000.

Бернс Р. Я-концепция и воспитание. М., 1993.

Болотова А.К. Индивидуум и его мир: Комментарий к ст. Д. Филд // Иностранная психология. 1997. № 8.

Большаков В.С. Три психологических режима в философии старости [Электронный ресурс] / С.-Петербург. гос. ун-т. СПб., 2002. Режим доступа: <http://social.philosophy.spb.ru>.

Бондырева С.К., Колесов Д.В. Толерантность (введение в проблему). М., 2003.

Бороздина Л.В. Геронтопсихологические исследования в США // Психол. журн. 1997. № 6.

Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Особенности самооценки в позднем возрасте // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1988. № 1.

Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Самооценка в возрасте пожилых. Сообщ. 1. Содержание самооценки // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1998. № 4.

Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Самооценка в возрасте пожилых. Сообщ. 2. Формальные параметры // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1999. № 1.

Бороздина Л.В., Молчанова О.Н. Самооценка во второй зрелости // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1996. № 4; 1997. № 1.

Бороздина Л.В., Спиридонова Л.А. Возрастные изменения временной транспективы субъекта // Психол. журн. 1998. № 2.

Бочаров В.В. Антропология возраста: Учеб. пособие. СПб., 2001.

Бочаров В.В. Власть. Традиции. Управление: Попытка этно-исторического анализа современных политических культур государств тропической Африки. М., 1992.

Брушлинский А.В. Субъект: мышление, учение, воображение. М.; Воронеж, 1996.

Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. М., 1998.

Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психологической диагностике. СПб., 1999.

Бурыковский А.Л. О десакрализации старости [Электронный ресурс] / С.-Петерб. гос. ун-т. СПб., 2002. Режим доступа: <http://social.philosophy.pu.ru>.

Валь Х.-В., Круз А. Психологическая геронтология в Германии: недавние находки и социальное применение // Психология зрелости и старения. 2005. № 2.

Васильева О.С., Демченко Е.А. Изучение основных характеристик жизненной стратегии человека // Вопр. психологии. 2001. № 2.

Висьневска-Рошковска К. Новая жизнь после шестидесяти. М., 1989.

Гаврилов Л.А., Гаврилова Н.С. Биология продолжительности жизни. М., 1986.

Гаврилов Л.А., Гаврилова Н.С. Пожилые люди в России // Цитология. 1994. № 7.

Гамезо М.В. и др. Возрастная психология. М., 1999.

Ганзен В.А., Головей Л.А. К системному описанию онтогенеза человека // Психология развития. СПб., 2001.

Гершкович Т.Б. Толерантность к старению: история и современность. Екатеринбург, 2005.

Гласс Дж. Жить до 180 лет. Минск, 1994.

Глуханюк Н.С. Психология профессионализации педагога. Екатеринбург, 2000.

Глуханюк Н.С., Гершкович Т.Б. Поздний возраст и стратегии его освоения. М., 2003.

Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. Киев, 1984.

Головей Л.А. Геронтогенез // Психология: Учеб. / Под ред. А.А. Крылова. М., 1999.

Грановская Р.М. Элементы практической психологии. СПб., 1997.

Греллер М. Старение и работа: человеческий и экономический потенциал // Иностранная психология. 1996. № 7.

Грмек М.Д. Геронтология – учение о старости и долголетьи. М., 1964.

Давыдовский И.В. Геронтология. М., 1966.

Дельпере Н. Защита прав и свобод граждан преклонного возраста. М., 1993.

Джидарьян И.А. Удовлетворенность жизнью и выбор стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях // Психол. обозрение. 1997. № 2.

Дмитриев А.В. Социальные проблемы людей пожилого возраста. Л., 1980.

Дружинин В.Н. Варианты жизни: Очерки экзистенциальной психологии. М., 2005.

Дупленко Ю.К. Старение: очерки развития проблемы. Л., 1985.

Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А., Пономаренко В.А. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях: психологический аспект. Минск, 1985.

Елютина М.Э., Чеканова Э.Е. Пожилой человек в образовательном пространстве современного общества // Социол. исслед. 2003. № 7.

Ермолаева М. Практическая психология старости. М., 2002.

Ермолаева М.В. Психология зрелого и позднего возрастов в вопросах и ответах. М.; Воронеж, 2004.

Желателев Д.В. Психологическое сопровождение умирающих: помощь завершать // Психол. газ. 2002. № 7 – 8 (82 – 83).

Жизненный путь личности (вопросы методологии социально-психологического исследования) / Отв. ред. Л.В. Сохань. Киев, 1987.

Захарова Л.Н. Психологические основы подготовки к профессиональной деятельности: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Новосибирск, 1997.

Иванова Н.В. Опыт исследования интеллектуальных особенностей людей старческого возраста (этнопсихологический аспект) // Вестн. Ленингр. ун-та. Сер. 6, История КПСС. Науч. коммунизм. Философия. Право. 1984. Вып. 1.

Ильина Н. В ожидании «общества всех возрастов». Существует ли в России дискриминация пожилых? // Независимая газ. 2000. 6 окт.

Карсаевская Т.В., Шаталов А.Т. Философские аспекты геронтологии. М., 1978.

Карцева Т.Б. Понятие жизненного события в психологии // Психология личности в социалистическом обществе. Личность и ее жизненный путь. М., 1990.

Кемпер И. Легко ли не стареть? М., 1996.

Ковалева Н.Г. Пожилые люди: социальное самочувствие // Социол. исслед. 2001. № 7.

Козлов А.А. Социальная геронтология: Учеб.-метод. материалы по курсу. М., 1995.

Козлова Т.З. Мониторинг удовлетворенности пенсионеров условиями жизни // Социол. исслед. 1999. № 9.

Комаров В.П., Исаева О.В. Воспитание толерантности у студентов университета // Вестн. Оренбург. гос. ун-та. 2003. № 4.

Комфорт А. Биология старения. М., 1967.

Кон И.С. Жизненный путь как предмет междисциплинарного исследования // Человек в системе наук. М., 1989.

Корсакова Н.К. Нейропсихология позднего возраста: обоснование концепции и прикладные проблемы // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1996. № 2.

Корсакова Н.К., Балашова Е.Ю. Опосредование как компонент саморегуляции психической деятельности в позднем возрасте // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1995. № 1.

Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. М., 1999.

Крайг Г. Психология развития. СПб., 2000.

Краснова О.В. «Мы» и «Они»: эйджизм и самосознание пожилых людей // Психология зрелости и старения. 2000. № 3 (11).

Краснова О.В. Социальная психология старения как основная составляющая социальной геронтологии // Мир психологии. 1999. № 2.

Краснова О.В., Лидерс А.Г. Социальная психология старения: Учеб пособие. М., 2002.

Красовская В., Максимчикова Е. Третий возраст. Проблемы и взаимоотношения [Электронный ресурс]. М., 2002. Режим доступа: www.ug.ru/civicent.

Кристалл Г. Аффективная толерантность // Журн. практ. психологии и психоанализа. 2001. № 3.

Кристоль Р. Секреты молодости. Минск, 1995.

Кроник А.А., Головаха Е.И. Психологический возраст личности // Психол. журн. 1983. № 5.

Кувшинова О.А. Геронтологические теории активности человека в пожилом возрасте // Вестн. Оренбург. гос. ун-та. 2003. № 4.

Кулешова Л.Н. Помощь пожилым людям // Психологическая помощь и консультирование в практической психологии / Под ред. М.К. Тутушкиной. СПб., 2001.

Куримен Дж., Гордон Ф. Да сгинет смерть! // Победа над старением и продление человеческой жизни. М., 1982.

Лаврикова И.Н. Молодежь: отношение к смерти // Социол. исслед. 2001. № 4.

Ларк С. Вторая молодая жизнь женщины. СПб., 1997.

Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М., 1999.

Либерман Я.Л., Либерман М.Я. Прогрессивные методы мотивирования жизненной активности в период поздней взрослости. Екатеринбург, 2001.

Лидерс А.Г. Возрастно-психологические особенности консультирования пожилых людей // Психология зрелости и старения. 1998. № 4.

Life Line и другие новые методы психологии жизненного пути. М., 1993.

Логинова Н.А. Биографический метод в свете идей Б.Г. Ананьева // Вопр. психологии. 1986. № 5.

Логинова Н.А. Жизненный путь человека как проблема психологии // Вопр. психологии. 1985. № 1.

Логинова Н.А. Развитие личности и ее жизненный путь // Принцип развития в психологии / Под ред. Л.И. Анцыферовой. М., 1978.

Лэмб М. Биология старения. М., 1980.

Мащенко Е. «Железные бабушки», или Что такое «эйджизм»? // Зеркало недели: Междунар. обществ.-полит. еженедельник. 2002. № 46 (421).

Мечников И.И. Этюды оптимизма // Хрисанфова Е.Н. Основы геронтологии. М., 1999.

Миллер Р.Б., Бенгтсон В.Л. Влияние начала пенсионного периода на качество брака: лонгитюдный анализ // Психол. журн. 1998. № 4.

Миллер С. Психология развития: методы исследования. СПб., 2002.

Минигалиева М.Р. Личностные типы и социальные контакты людей позднего возраста // Психология зрелости и старения. 2000. № 2 (10).

Молевич Е.Ф. К анализу сущности и формы социальной старости // Социол. исслед. 2001. № 4.

Мошкова Г.Ю. Биографический метод и психология личности ученого // Вопр. психологии. 1994. № 2.

Навакатилян О.А., Крыжановская В.В. Возрастная трудоспособность лиц умственного труда. Киев, 1979.

Нейгартен Б. Личность и старение: Пер. с англ. Нью-Йорк, 1977.

Немчин Т.А. Специфика социально-психологических факторов генезиса эмоций и их проявление в пожилом возрасте // Вестн. Ленингр. ун-та. Сер. 6, История КПСС. Науч. коммунизм. Философия. Право. 1987. Вып. 4.

Нуркова А.В. Автобиографическая память как проблема психологического исследования // Психол. журн. 1996. № 2.

Нуркова В.В., Василевская К.Н. Автобиографическая память в трудной жизненной ситуации: новые феномены // Вопр. психологии. 2003. № 5.

Освальд В.Д. Ослабление когнитивных функций в пожилом возрасте и при дементных процессах // Иностран. психология. 1993. Т. 1, № 2.

Павловская О.М. Биологический возраст у человека: Экологические аспекты // Итоги науки и техники: В 2 т. Т. 1. М., 1985.

Парахонская Г.А. Пожилой человек в семье // Социол. исслед. 2002. № 6.

Петровский А.В. Личность в психологии: парадигма субъективности. Ростов н/Д, 1996.

Пехунен Р. Задачи развития и жизненные стратегии // Психология личности и образ жизни / Отв. ред. Е.В. Шорохова. М., 1987.

Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие. М., 2000.

Психология старости: Хрестоматия / Сост. Д.Я. Райгородский. Самара, 2004.

Психология старости и старения: Хрестоматия / Сост. О.В. Краснова, А.Г. Лидерс. М., 2003.

Психотерапия / Под ред. Б.Д. Карвасарского. СПб., 2000.

Развитие психофизиологических функций взрослых людей (средняя зрелость) / Под ред. Б.Г. Ананьева, Е.И. Степановой. М., 1977.

Резник Т.Е., Резник Ю.М. Жизненные стратегии личности // Социол. исслед. 1995. № 12.

Рощак К. Психологические особенности личности в пожилом возрасте: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 1990.

Рыбалко Е.Ф. и др. Интеллектуальный потенциал в разные периоды жизни человека // Вестн. С.-Петербург. ун-та. Сер. 6, Философия. Политология. Социология. Психология. Право. 1996. № 2.

Санжаева Р.Д. Психологические механизмы формирования готовности человека к деятельности: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Новосибирск, 1997.

Скрябина О.Б. Педагогические условия формирования коммуникативной толерантности у старшеклассников: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. Кострома, 2000.

Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология развития человека. М., 2000.

Соколова А.В., Козырева И.А. Молодежь и старшее поколение: точки соприкосновения, пути взаимодействия, понимания и сотрудничества // Проблемы геронтологии и гериатрии–2002: Материалы конф. Сыктывкар, 2002.

Соколова А.В., Козырева И.А. Пожилые как группа риска: проблемы насилия и жестокости // Проблемы геронтологии и гериатрии–2002: Материалы конф. Сыктывкар, 2002.

Сонин М.Л., Дыскин А.А. Пожилой человек в семье и обществе. М., 1984.

Социальная геронтология: современные исследования: Реферат. сб. М., 1994.

Стюарт-Гамильтон Я. Психология старения. СПб., 2002.

Толстых А.В. Опыт конкретно-исторической психологии личности. СПб., 2000.

Томэ Г. Теоретические и эмпирические основы психологии развития человеческой жизни // Принцип развития в психологии / Под ред. Л.И. Анцыферовой. М., 1978.

Тукумцев Б.Г., Юсупова О.В. Проявление эйджизма в молодежной среде [Электронный ресурс] / Самар. гос. ун-т. Самара, 2002. Режим доступа: www.socio-samara.ru.

Ужегов Г.Н. Энциклопедия старости. Ростов н/Д, 1996.

Уорнер Ш.К. Интеллектуальное развитие взрослых // Психол. журн. 1998. № 6.

Феномен долгожительства: антрополого-этнографический аспект исследований. М., 1982.

Филд Д. Социальные связи в старости: результаты боннского и берлинского лонгитюдных исследований // Иностр. психология. 1997. № 8.

Философские проблемы теории адаптации / Под ред. Г.И. Царегородцева. М., 1975.

Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990.

Френкель З.Г. Удлинение жизни и деятельная старость. М., 1949.

Фролькис В.В. Долголетие: действительное и возможное. Киев, 1989.

Фролькис В.В. Старение и увеличение продолжительности жизни. Л., 1988.

Фромм Э. Человек для себя. Минск, 1992.

Хайнекен Э. Эффекты последствий и критическая частота мелькания в зависимости от возраста // Иностр. психология. 1994. Т. 2, № 1 (3).

Халявкин А.В. Принцип оптимальности и старение человека // Цитология. 1994. № 7.

Ханна Т. Искусство не стареть. СПб., 1996.

Хойфт Г., Крузе А., Радебольд Г. Геронтопсихосоматика и возрастная психотерапия. М., 1993.

Холостова Е.И. Социальная работа с пожилыми людьми: Учеб. пособие. М., 2002.

Хрисанфова Е.Н. Основы геронтологии: (Антропологические аспекты): Учеб. для студентов высш. учеб. заведений. М., 1999.

Чеботарев Д.Ф. Геронтология и гериатрия. М., 1984.

Шапиро В.Д. Человек на пенсии: социальные проблемы и образ жизни. М., 1980.

Шапошникова Л. Мудрость веков // Наука и религия. 1989. № 10.

Шарейко Н.Л. Старость и здоровье [Электронный ресурс] / С.-Петербург. гос. ун-т. СПб., 2002. Режим доступа: <http://social.philosophy.spb.ru>.

- Шахматов Н.Ф.* Психическое старение. М., 1996.
- Шейдт Р.* Экология старения: иллюстрации из сельского Канзаса // Психол. журн. 1997. № 6.
- Якимова Е.В.* [Реф. ст.]: Харевен Т.К. Последний этап: Исторические аспекты зрелости и старости // Социальная геронтология: Современные исследования. М., 1994.
- Яцемирская Р.С.* Психическое старение долгожителей (клинико-психопатологический и социально-гигиенический аспекты): Дис. ... д-ра мед. наук. София, 1990.
- Яцемирская Р.С., Беленькая И.Г.* Социальная геронтология: Учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений. М., 1999.
- Age and Anthropological Theory.* Cornell, 1984.
- Aries Ph.* L'enfant et la vie familiale sous l'ancien Regime. Paris, 1960.
- Beal C.* Theoretical Dimensions of a Focus on Age in Physical Anthropology // Age and Anthropological Theory. Cornell, 1984.
- Bromley D.B.* The Psychology of Human Ageing. Liverpool, 1978.
- Eisenstadt S.N.* From Generation to Generation/ Age Groups and Social Structure. Chicago, 1963.
- Erikson E.* Identity: youth and crisis. New York, 1968.
- Erikson E.H.* Childhood and society. New York, 1963.
- Erikson E.H.* Life cycle // International Encyclopedia of the Social sciences. New York, 1968. Vol. 9.
- Erikson E.H.* The life cycle completed. New York, 1982.
- Gulliver P.* Age Differentiation // International Encyclopedia of the Social Sciences. New York, 1968. Vol. 1.
- Gutmann D.* The Cross-cultural Perspective: Notes toward to a Comparative Psychology of Ageing. New York, 1977.
- Krżuwicki L.* Ludy. Żarys antropologii etnicznej. Warszawa, 1983.
- Neugarten B.* Adult Personality: Toward a Psychology of the Life Cycle // Middle Age and Aging. Chicago, 1968.
- Neugarten B.* Age Norms, Age Constraints and Adult Socialization // American J. of Sociology. 1965. Vol. 3.

Railey M.W. Overview and Highlights of a Sociological Perspective. Human Development and the Life-course // Multidisciplinary Perspectives. London, 1986.

Rosow I. Socialisation to Old Age. Berkeley, 1974.

Sherrod L.R., Brim O.G. Epilogue: Retrospective Views of Life-course Research on Human Development. Human Development and the Life-course // Multidisciplinary Perspectives. London, 1986.

Wahl H.-W., Kruse A. Psychological Gerontology in Germany: Recent Finding and Social Implications // Aging and Society. 2003. Vol. 23.

Опросник «Готовность к возрастным изменениям»

Психометрическая характеристика опросника

Опросник характеризуется высокими ретестовой надежностью (показатели по шкалам при повторном тестировании от 0,730 до 0,916) и текущей валидностью, определявшейся с помощью сравнения контрастных групп (студентов, работников организации и пенсионеров).

Инструкция

Перед Вами ряд изменений в жизни человека, сопровождающих процесс старения. По каждому из них необходимо ответить на три вопроса (А, Б, В). Для этого обведите соответствующий балл в подготовленном для Вас бланке ответов.

А. Осознаете ли Вы происходящие с Вами изменения (или их появление в будущем)?

<i>Осознаю очень четко</i>	<i>2 балла</i>
<i>Представляю, хотя и несколько смутно</i>	<i>1 балл</i>
<i>Не задумываюсь об этом</i>	<i>0 баллов</i>

Б. Каково Ваше отношение к указанному изменению?

<i>Отношусь спокойно, как к нормальному, неизбежному явлению</i>	<i>2 балла</i>
<i>Занимаю среднюю позицию</i>	<i>1 балл</i>
<i>Отношусь очень болезненно, переживаю</i>	<i>0 баллов</i>

В. Как Вы приспосабливаетесь к описанному факту (или будете приспосабливаться в будущем)?

<i>Активно ищу способы адаптации к происходящим изменениям</i>	<i>2 балла</i>
<i>По возможности стараюсь приспособиться, но особых усилий не прилагаю</i>	<i>1 балл</i>
<i>Пассивно принимаю происходящее, не пытаюсь ничего менять</i>	<i>0 баллов</i>

Текст опросника

1. Появление внешних признаков старения (морщины, седина...).
2. Отношение окружающих как к пожилому, старому человеку.
3. Ухудшение памяти.
4. Завершение или сокращение по времени профессиональной деятельности.
5. Понижение остроты зрения, слуха.
6. Новый статус в семье – дед, бабушка...
7. Замедление процесса мышления.
8. Обретение роли наставника в профессиональной деятельности.
9. Повышенная утомляемость.
10. Приобретение статуса «иждивенца».
11. Появление склонности передавать опыт, поучать, давать советы.
12. Высвобождение времени после выхода на пенсию.
13. Снижение половой активности.
14. Изменение круга общения.
15. Обостренная эмоциональная реакция на отношение окружающих.
16. Обретение статуса «бывшего профессионала».
17. Потеря внешней привлекательности.
18. Налаживание отношений с социальными службами.
19. «Застревание» на определенных мыслях, делах, переживаниях.
20. Конкуренция со стороны более молодых коллег.
21. Нарушение функций сердечно-сосудистой системы.
22. Изменение характера общения с окружающими.
23. Осознание факта собственного старения.
24. Сложности в освоении новых методов работы, новой техники.

25. Нарушение функций опорно-двигательного аппарата.
26. Ухудшение материального положения.
27. Появление чувства «ненужности», «бесполезности».
28. Выход на пенсию, утрата профессиональной деятельности.

Благодарим за сотрудничество!

Бланк ответов

Ф.И.О.											
Возраст				Пол							
1	A 0 1 2	2	A 0 1 2	3	A 0 1 2	4	A 0 1 2	5	A 0 1 2	6	A 0 1 2
	Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2
	В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2
5	A 0 1 2	6	A 0 1 2	7	A 0 1 2	8	A 0 1 2	9	A 0 1 2	10	A 0 1 2
	Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2
	В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2
9	A 0 1 2	10	A 0 1 2	11	A 0 1 2	12	A 0 1 2	13	A 0 1 2	14	A 0 1 2
	Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2
	В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2
13	A 0 1 2	14	A 0 1 2	15	A 0 1 2	16	A 0 1 2	17	A 0 1 2	18	A 0 1 2
	Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2
	В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2
17	A 0 1 2	18	A 0 1 2	19	A 0 1 2	20	A 0 1 2	21	A 0 1 2	22	A 0 1 2
	Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2
	В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2
21	A 0 1 2	22	A 0 1 2	23	A 0 1 2	24	A 0 1 2	25	A 0 1 2	26	A 0 1 2
	Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2
	В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2
25	A 0 1 2	26	A 0 1 2	27	A 0 1 2	28	A 0 1 2	29	A 0 1 2	30	A 0 1 2
	Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2		Б 0 1 2
	В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2		В 0 1 2

Ключ к опроснику

Показатели готовности к освоению возрастно-временных изменений

Структурные элементы готовности:

- 1) ΣA первого столбца – когнитивный уровень физиологического компонента (КФэ).
- 2) ΣB первого столбца – аффективный уровень физиологического компонента (АФэ).
- 3) ΣB первого столбца – мотивационный уровень физиологического компонента (МФэ).
- 4) ΣA второго столбца – когнитивный уровень социального компонента (КСэ).
- 5) ΣB второго столбца – аффективный уровень социального компонента (АСэ).
- 6) ΣB второго столбца – мотивационный уровень социального компонента (МСэ).
- 7) ΣA третьего столбца – когнитивный уровень личностно-психологического компонента (КЛэ).
- 8) ΣB третьего столбца – аффективный уровень личностно-психологического компонента (АЛэ).
- 9) ΣB третьего столбца – мотивационный уровень личностно-психологического компонента (МЛэ).
- 10) ΣA четвертого столбца – когнитивный уровень профессионального компонента (КПэ).
- 11) ΣB четвертого столбца – аффективный уровень профессионального компонента (АПэ).
- 12) ΣB четвертого столбца – мотивационный уровень профессионального компонента (МПэ).

Компоненты готовности:

- 13) $KФэ + АФэ + МФэ = Фк$ – физиологический компонент.
- 14) $КСэ + АСэ + МСэ = Ск$ – социальный компонент.

15) $КЛэ + АЛэ + МЛэ = Лк$ – личностно-психологический компонент.

16) $КПэ + АПэ + МПэ = Пк$ – профессиональный компонент.

Уровни готовности:

17) $КФэ + КСэ + КЛэ + КПэ = Ку$ – когнитивный уровень.

18) $АФэ + АСэ + АЛэ + АПэ = Ау$ – аффективный уровень.

19) $МФэ + МСэ + МЛэ + МПэ = Му$ – мотивационный уровень.

Общая готовность:

20) $Ку + Ау + Му = Го$ – общий показатель готовности.

Интерпретация полученных результатов

Общий показатель готовности к освоению возрастновременных изменений является интегративной характеристикой отношения человека к происходящим с ним возрастным изменениям или изменениям, ожидающим его в будущем. Высокий уровень общей готовности проявляется в четком осознании и понимании естественности, а где-то и неизбежности физических проявлений старения (изменения внешности, снижение остроты зрения, слуха, обострение различных заболеваний), изменения социального статуса и отношения со стороны окружающих, заострения отдельных личностных черт, качественных преобразований в познавательной сфере, ухода из профессиональной деятельности. Готовность характеризуется спокойным, толерантным отношением к происходящим или будущим возрастным изменениям, без острых переживаний и негативных эмоциональных реакций. Деятельностное проявление готовности – это активный поиск стратегий адаптации к разнообразным возрастным изменениям настоящего, планирование своей жизни в условиях будущих трансформаций.

Оценка степени сформированности готовности к освоению возрастновременных изменений:

- 0 – 56 баллов – низкая;
- 57 – 112 баллов – средняя;
- 113 – 168 баллов – высокая.

Компоненты готовности – показатели, конкретизирующие особенности реализации готовности к освоению возрастно-временных изменений относительно различных сфер их проявления.

Физиологический компонент готовности включает в себя понимание, толерантное отношение и способность искать продуктивные пути приспособления к таким проявлениям старения, как потеря внешней привлекательности и появление внешних признаков возраста (морщины, седина и т.п.); понижение остроты зрения и слуха; повышение утомляемости; снижение половой активности; нарушение функций сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата.

Сформированность социального компонента готовности позволяет человеку осознать, принять и найти способы адаптации к проявлениям старения в социальной сфере. Это отношение окружающих как к пожилому, старому человеку и изменение характера общения с ними; ухудшение материального положения и приобретение статуса «иждивенца»; новые роли в семье – дед, бабушка; необходимость налаживать отношения с социальными службами.

Личностно-психологический компонент готовности проявляется в способности человека понять механизмы происходящих с ним в настоящем психологических изменений или прогнозировать их появление в будущем, относиться к ним спокойно, как к нормальным явлениям и активно искать пути компенсации и саморегуляции. Этот компонент включает такие изменения, как ухудшение памяти и замедление процесса мышления; появление склонности передавать опыт, получать, давать советы; обостренная эмоциональная реакция на отношение окружающих, появление чувства «ненужности», «бесполезности»; «застывание» на определенных мыслях, делах, переживаниях.

Профессиональный компонент проявляется в готовности толерантно относиться к предстоящему или уже имеющему место снижению роли профессиональной деятельности в жизни, и более того – к ее утрате. Также в него включается поиск и реализация способов самовыражения во внепрофессиональной сфере. Данный компонент готовности обеспечивает адаптацию к таким факторам, как конкурен-

ция со стороны более молодых коллег и сложности в освоении новых методов работы, новой техники; обретение роли наставника в профессиональной деятельности и (или) статуса «бывшего профессионала»; выход на пенсию, уход из профессиональной деятельности, освобождение времени после выхода на пенсию.

Оценка степени сформированности компонентов готовности к освоению возрастно-временных изменений:

- 0 – 14 баллов – низкая;
- 15 – 28 баллов – средняя;
- 29 – 42 баллов – высокая.

Уровни готовности – показатели, иллюстрирующие психологически особенности реализации готовности в плане осознания происходящих с человеком в настоящем или ожидаемых в будущем возрастных изменений (когнитивный уровень), толерантного отношения к ним как к нормальному, неизбежному явлению (аффективный уровень), активного поиска продуктивных стратегий адаптации к этим изменениям (мотивационный уровень).

Оценка степени сформированности уровней готовности к освоению возрастно-временных изменений:

- 0 – 18 баллов – низкая;
- 19 – 37 баллов – средняя;
- 38 – 56 баллов – высокая.

Структурные элементы готовности – дополнительные показатели, позволяющие конкретизировать и сопоставлять особенности проявления компонентов готовности (физиологический, социальный, личностно-психологический, профессиональный) на различных уровнях: когнитивном, аффективном, мотивационном.

Оценка степени сформированности структурных элементов готовности к освоению возрастно-временных изменений:

- 0 – 4 балла – низкая;
- 5 – 9 баллов – средняя;
- 10 – 14 баллов – высокая.

Анкета пенсионера

Инструкция. Опишите, пожалуйста, как Вы относитесь к своей жизни, каковы ее радости и огорчения, каким Вам видится будущее. Постарайтесь сделать Ваше описание подробным. Приведенные ниже вопросы помогут Вам систематизировать материал.

1. Что для Вас значит старость? Как Вы считаете, что значит быть старым?

2. Как воспринимается Вами Ваша пенсия или скорый выход на пенсию: возможность «поскорее начать отдыхать», прекращение активной трудовой жизни, ухудшение материального положения и т.д.?

3. Принимаете ли Вы свой жизненный опыт или относитесь к нему отрицательно? В чем, на Ваш взгляд, состоит предназначение Вашей жизни?

4. Перечислите, пожалуйста, изменения, которые произошли у Вас в жизни за последние 10 лет. Какое значение они для Вас имеют? Что является для Вас действительно важным?

5. Что служит для Вас источником радости? Что позволяет ощущать себя по-настоящему счастливым или же мешает этому? Что доставляет Вам удовольствие?

6. Вы удовлетворены своей жизнью? Почему?

7. Стараетесь ли Вы, чтобы Ваш накопленный жизненный и профессиональный опыт перешел к молодому поколению? Каким способом? Что Вы для этого делаете?

8. Как Вы проводите свое свободное время и есть ли оно у Вас вообще? Если нет, то чем Вы занимаетесь?

9. Под каждым из нижеперечисленных пунктов запишите, чего Вы хотели бы достичь, что изменить или улучшить в этой сфере в ближайшем будущем:

здоровье _____

деньги _____

образ жизни, имущество _____

отношения с людьми _____

досуг, путешествия _____

личностный рост, образование _____

10. Опишите те изменения, которые Вы хотели бы произвести в окружающем Вас мире, если бы имели достаточно энергии и возможностей для этого.

11. Зависимы ли Вы от чужого мнения и критики? Легко ли соглашаетесь с низкой оценкой Ваших достоинств?

12. Находите ли Вы общий язык с молодежью?

13. Отметьте галочкой те утверждения, которые Вы можете отнести к себе (количество выборов не ограничено):

- ☐ мне не хватает общения;
- ☐ мне легко делать то, что я умею;
- ☐ я живу достаточно полной жизнью;
- ☐ я чувствую себя совершенно одиноким;
- ☐ я чувствую, что полезен и необходим;
- ☐ у меня есть надежды и перспективы на будущее;
- ☐ в действительности никто как следует не знает меня;
- ☐ мне не с кем поговорить;
- ☐ у меня небольшой круг общения.
- ☐ мне легко принимать решения

14. Опишите Ваши цели и планы на ближайшие 5–10 лет. Какими Вы видите Ваши дальнейшие задачи? Каким представляется Вам Ваше будущее?

Благодарим за полные и искренние ответы!

Сообщите, пожалуйста, некоторые сведения о себе:

Возраст _____

Пол _____

Профессия _____

Где работали до выхода на пенсию _____

Анкета работающего пенсионера

Инструкция. Опишите, пожалуйста, как Вы относитесь к своей профессиональной деятельности, каковы ее радости и огорчения, каким Вам видится будущее. Постарайтесь сделать Ваше описание подробным. Приведенные ниже вопросы помогут Вам систематизировать материал.

1. Причины продолжения работы на пенсии

С чем связано продолжение Вами профессиональной деятельности на пенсии? (Работа дает ощущение стабильности, уверенности в завтрашнем дне; Вы цените дружеские отношения с коллегами; Вы привыкли к своей работе и не представляете жизнь без нее; Вы еще много можете сделать для своего предприятия; Ваша работа – наиболее подходящая и достойная сфера приложения Ваших сил; Вы должны содержать семью, помогать детям, и для этого недостаточно пенсии.)

[illegible]

V. Возраст сотрудников

Имеет ли для Вас значение возраст коллег? С кем Вы предпочитаете работать – с ровесниками или молодыми сотрудниками? С чем это связано?

[illegible]

VI. Личные и профессиональные планы

Опишите свое профессиональное и личное будущее, возможные перемены (Вы смените место работы; Вы будете занимать другую должность; Вы станете наставником молодых сотрудников; все останется неизменным; Вы оставите работу и будете все свое время уделять семье, внукам, досугу). В каком возрасте Вы планируете завершить свою профессиональную деятельность?

Благодарим за полные и искренние ответы!

Сообщите, пожалуйста, некоторые сведения о себе:

Должность _____ **Возраст** _____

Стаж работы на пенсии _____

Оглавление

Введение	3
Глава 1. Теоретические проблемы исследования позднего возраста.	5
1.1. Возрастно-временной контекст развития человека.....	7
1.2. Периодизация возрастного развития и психологическая характеристика старости.....	21
Глава 2. Готовность к освоению возрастно-временных изменений: результаты исследований.....	32
2.1. Готовность к освоению возрастно-временных изменений: теоретическая модель.....	32
2.2. Возрастная динамика представлений о старости.....	34
2.3. Готовность к освоению возрастно-временных изменений в процессе жизненного пути: динамика, эффекты и детерминанты.....	40
2.3.1. Динамика готовности к освоению возрастно-временных изменений в процессе жизненного пути.....	40
2.3.2. Особенности детерминации готовности индивидуальными свойствами.....	45
2.3.3. Гендерные особенности готовности к освоению возрастно-временных изменений.....	47
2.3.4. Готовность к освоению возрастно-временных изменений представителей разных профессий.....	51
2.3.5. Взаимосвязь готовности к освоению возрастно-временных изменений и восприятия жизненного пути в пожилом возрасте.....	54
2.3.6. Готовность к старению и удовлетворенность жизнью в контексте профессиональной занятости пенсионеров.....	59
2.4. Психологические особенности адаптации к позднему периоду жизненного пути.....	62
2.5. Психологические особенности позднего этапа профессионализации.....	72
Заключение.....	92
Библиографический список.....	95

Приложение 1. Опросник «Готовность к возрастным изменениям»..	107
Приложение 2. Анкета пенсионера.....	114
Приложение 3. Анкета работающего пенсионера.....	119

Научное издание

Глуханюк Наталья Степановна
Сергеева Тамара Борисовна

ПСИХОЛОГИЯ ПОЗДНЕГО ВОЗРАСТА:
РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Редактор Е.А. Ушакова
Компьютерная верстка Т.Б. Сергеевой

Подписано в печать 15.05.07. Формат 60х84/16. Бумага для множ. аппаратов. Усл. печ. л. 6,5. Уч.-изд. л. 6,8. Тираж 300 экз. Заказ № 100
Издательство ГОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет». Екатеринбург, ул. Машиностроителей, 11.

Ризограф ГОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет». Екатеринбург, ул. Машиностроителей, 11.